

- **Syndrome de l'alcoolisation fœtale (SAF)** : Diagnostic médical décrivant l'état d'une personne affectée à la naissance par des lésions cérébrales permanentes, des anomalies physiologiques et des troubles de croissance attribuables à une exposition prénatale à l'alcool. D'autres termes sont utilisés pour désigner l'état des personnes qui ne présentent que certaines de ces caractéristiques.
- **Ensemble des troubles causés par l'alcoolisation fœtale (ETCAF)** : Terme décrivant l'ensemble des anomalies résultant d'une exposition prénatale à l'alcool : lésions cérébrales; troubles oculaires et auditifs; malformations (os, membres, doigts); dommages au cœur, reins, foie et autres organes; retard de croissance.
- L'ETCAF est méconnu et sous-déclaré. Un bébé naissant sur 100 au Canada souffre d'alcoolisation fœtale. Dans la région métropolitaine de Toronto, 30 000 personnes en sont atteintes, et 300 000 à l'échelle du pays.
- Bien que l'ETCAF soit évitable, c'est l'une des principales causes de lésions cérébrales chez nos jeunes.
- Il est impossible d'établir avec certitude la quantité d'alcool qu'une femme enceinte peut consommer sans danger. Boire de l'alcool est nocif à toute étape de la grossesse. Par mesure de sécurité, les femmes enceintes ou celles qui souhaitent avoir un enfant devraient s'abstenir de consommer tout alcool.
- L'exposition à l'alcool pendant la grossesse peut causer :
  - un retard de croissance;
  - des anomalies neurologiques;
  - un déficit intellectuel et des difficultés d'apprentissage de l'hyperactivité;
  - des troubles de l'attention ou de la mémoire;
  - une incapacité à maîtriser la colère;
  - des difficultés à résoudre des problèmes;
  - des troubles de la croissance prénatals et postnatals;
  - des lésions au système nerveux central;
  - des traits physiologiques caractéristiques.
- Les conséquences possibles sont les suivantes :
  - difficultés d'apprentissage scolaire;
  - alcoolisme et toxicomanie;
  - difficultés à obtenir et à conserver un emploi;
  - itinérance;
  - problèmes judiciaires;
  - problèmes de santé mentale.
- L'ETCAF ne disparaît pas avec l'âge. Les bébés nés atteints de l'ETCAF en souffriront toute leur vie. Les risques de conséquences fâcheuses telles que l'itinérance et les démêlés avec la justice peuvent cependant être réduits par un diagnostic précoce et en ayant recours aux services de réseaux d'entraide efficaces.
- En plus des difficultés physiques et émotionnelles associées à l'éducation d'un enfant atteint de l'ETCAF, il faut aussi tenir compte des conséquences économiques (coûts des soins médicaux et des services éducatifs, impact socio-économique sur les familles, les employeurs et l'appareil judiciaire). Selon une étude récente menée par Brenda Stade, docteur en sciences infirmières de l'hôpital St. Michael de Toronto, le coût annuel pour traiter les jeunes Canadiens âgés d'un à 21 ans qui sont affectés de l'ETCAF est estimé à 344 208 000 \$.
- La prévention est efficace. Il y a bien des moyens de prévenir l'alcoolisation fœtale. Le conjoint, la famille et les amis d'une femme enceinte peuvent la soutenir et l'encourager à ne pas boire. Voici comment :
  - Ne consommez pas d'alcool en présence d'une femme enceinte.
  - Offrez des boissons non alcoolisées lors des fêtes et réceptions.
  - Réunissez-vous à la maison ou dans un café plutôt que dans un bar.
  - Ne dites jamais à une femme enceinte qu'un petit verre ne fera pas de tort.
- Vous avez besoin d'aide ? Consultez un professionnel de la santé, téléphonez à Motherisk au 1 877 FAS-INFO (1 877 327-4636) ou allez à <http://www.grossesse-sans-alcool.ca/>.