



Qu'est-ce que le trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale (TSAF)?

Le TSAF est la conséquence de **l'exposition prénatale à l'alcool**. Ce trouble est la **principale cause évitable** d'anomalies congénitales, de troubles du développement et de la déficience intellectuelle chez les enfants à naître. Les études scientifiques montrent qu'il n'y a pas de seuil sécuritaire de consommation d'alcool, durant la grossesse.

Alcool et grossesse : une problématique complexe

L'alcool pendant la grossesse est **toxique** pour le fœtus (traverse le placenta).

Ses effets sur le fœtus sont **imprévisibles, variables et permanents**.

Les coûts associés au TSAF sont élevés, tant pour les familles que pour la société. On les évalue à **24 000 \$ annuellement, par personne atteinte**¹.

Le TSAF est

- **difficile à diagnostiquer** ;
- **méconnu** ;
- **souvent confondu avec d'autres diagnostics**, comme le trouble de l'opposition et le trouble du déficit d'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH).



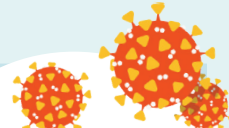
L'alcool et les femmes au Québec

- **80 %** des Québécoises âgées de 12 ans et plus consomment de l'alcool et près de **50 %** d'entre elles le font régulièrement³.
- **29 %** des femmes âgées de 18-34 ans consomment de l'alcool de manière excessive (4 verres ou plus en une même occasion)⁴.

Des données préoccupantes sur le TSAF

Le sondage ASPQ-Léger sur l'alcool, la grossesse et le TSAF (été 2020)⁵ indique que :

- **64 %** des adolescent.e.s, **50 %** des Québécois.es et **28 %** des femmes enceintes ne connaissent pas le TSAF.
- Les femmes enceintes de 18-24 ans ont davantage tendance à maintenir leur consommation d'alcool pendant la grossesse.
- Dans près de **50 %** des cas, la question de la consommation d'alcool durant la grossesse n'est pas abordée par les professionnels lors de suivi de grossesse (médecin, la sage-femme ou l'accompagnante à la naissance).
- Une étude l'OMS réalisée à Toronto par Dre Popova (2018) indique qu'il y aurait **2 % à 3 %** des enfants atteints du TSAF⁶.

- 
- **8 %** des femmes enceintes ont indiqué avoir augmenté leur consommation d'alcool, pendant la pandémie à la suite du confinement.

TSAF, en parler pour mieux agir

Encore aujourd'hui, les femmes enceintes **ne reçoivent pas un message clair et uniforme** soutenant l'abstinence d'alcool durant la grossesse, ni de professionnel.le.s de la santé ni de leur entourage⁷.

L'Avis de santé publique (2016) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) met de l'avant ce message uniforme et non-culpabilisant⁸.

« **Si vous êtes enceinte** ou planifiez le devenir, **ne prenez aucun risque, ne prenez aucun alcool.** »

Des recommandations pour une information et une sensibilisation efficaces

Pour les professionnel.le.s de la santé

- **Informer et sensibiliser** toutes les femmes enceintes, leur entourage et le grand public sur les risques de boire de l'alcool pendant la grossesse.
- **Utiliser l'Avis de santé publique** du MSSS⁸ sur la non consommation d'alcool durant la grossesse et les **3 vidéos présentant les défis de Charly**.
- Faire preuve **d'écoute, de délicatesse et d'empathie**.
- **Impliquer l'entourage** des femmes enceintes pour éviter de les surresponsabiliser.
- **Offrir des ressources** appropriées, facilement accessibles, aux femmes enceintes qui ont besoin d'aide pour réduire/arrêter leur consommation d'alcool (ex. : centres de réadaptation en dépendance, thérapies douces pour diminuer le stress et la fatigue).



Pour les élu.e.s et gestionnaires

- Fournir systématiquement **une formation sur le TSAF** dans les cursus des futurs professionnel.le.s de la santé et des services sociaux et en formation continue au sein des ordres professionnels et associations. Les futur.e.s soignant.e.s pourront avoir en tête ce trouble, son dépistage, sa prévention et l'accompagnement personnes atteintes.
- **Outiller** les professionnel.le.s de la santé sur le TSAF **pour mieux prévenir** (campagnes de sensibilisation, formation continue obligatoire sur le TSAF, etc.).
- **S'inspirer** des meilleures pratiques de prévention évaluées et mises en place dans d'autres provinces. Selon l'Évaluation des politiques canadiennes sur l'alcool (ÉPCA, 2017⁹), pour le Québec :
 - ❑ **Diffuser** dans tous les lieux de vente d'alcool pour consommer sur place ou emporter, y compris dans les Sociétés des alcools du Québec (SAQ), des messages liés à la non consommation d'alcool durant la grossesse ;
 - ❑ **Utiliser** un éventail de plateformes médiatiques pour communiquer ces messages ;
 - ❑ **Imposer** aux fabricants, par exigence législative, d'apposer des étiquettes améliorées sur les contenants d'alcool comportant des messages sur la non consommation d'alcool durant la grossesse.

^{1,2,3,4,7} État des connaissances sur le Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale, ASPQ, 2020, p.p.5-6-15-24

⁵ Sondage ASPQ-Léger 2020 CONSOMMATION D'ALCOOL, GROSSESSE et TSAF. Sondage auprès de femmes enceintes ou ayant récemment accouché, d'adolescent.e.s et de Québécois.e.s

⁶ Étude internationale de l'Organisation mondiale de la Santé sur la prévalence du trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale (TSAF) : volet canadien www.camh.ca/-/media/files/pdfs---reports-and-books---research/who-fasd-report-french-april2018-pdf.pdf?la=en&hash=8173467B2A9D25FB2D503D21F6BD83C500999068

⁸ publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001763/

⁹ www.uvic.ca/research/centres/cisur/assets/docs/report-cape-qc-fr.pdf