

Par précaution : zéro alcool pendant la grossesse

La Journée mondiale de sensibilisation au syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF) du 9 septembre nous rappelle que chaque année, de nombreux bébés naissent atteints de troubles causés par l'alcoolisation foetale (TCAF), dont le SAF est la forme la plus grave.

D'après [l'étude publiée par Santé publique France](#) le 4 septembre, en France, entre 2006 et 2013, 3 207 nouveau-nés (soit une naissance par jour en moyenne) ont présenté au moins une conséquence liée à l'alcoolisation fœtale, dont pour 452 d'entre eux (soit une naissance par semaine en moyenne) un syndrome d'alcoolisation fœtale.

En effet, boire de l'alcool pendant la grossesse est toxique pour le fœtus, puisqu'il passe dans son sang par le placenta et peut entraîner diverses complications (retard de croissance, atteintes du système nerveux central, malformations...).

Mais par ailleurs, il n'existe pas de "seuil" défini (de nombre de verres) en-dessous duquel la consommation d'alcool de la mère serait sans risque pour le futur enfant.

Et parce qu'aujourd'hui, personne ne peut affirmer qu'un seul verre soit sans risque pour le bébé, "par précaution, zéro alcool pendant la grossesse" est le message à retenir.

Si vous découvrez votre grossesse et que vous avez consommé de l'alcool ou si vous êtes enceinte et que vous êtes en difficulté avec votre consommation d'alcool, n'hésitez pas à en parler avec votre médecin généraliste, gynécologue ou sage-femme, qui pourront vous écouter et vous orienter.

Des équipes dédiées dans les structures de soin spécialisées permettent également aux femmes en difficulté avec leur consommation d'alcool de bénéficier d'un suivi de grossesse spécifique.

Vous trouverez des équipes à contacter en tapant votre ville dans le champ de recherche [sur cette page](#).

Vous pouvez aussi **contacter Alcool info service au 0 980 980 930**, 7 jours sur 7, de 8h à 2h du matin (appel anonyme et non surtaxé) pour en parler.

Sur ce site, posez également vos questions à des professionnels dans la rubrique [Vos questions/Nos réponses](#) ou par chat, de 14h à minuit, du lundi au dimanche (bouton "Disponible" en page d'accueil).

Articles en lien

- > [L'alcool et la grossesse](#)
- > [Enceinte, est-ce que je peux boire ?](#)
- > [Je viens d'apprendre que j'étais enceinte](#)
- > [Je ne parviens pas à arrêter de boire](#)

A télécharger

- > [Baromètre santé 2017](#) sur la consommation d'alcool pendant la grossesse
- > [Synthèse sur la surveillance](#) des troubles causés par l'alcoolisation fœtale