

e. L'alcool

MODULE 1

Lorsque vous buvez, votre bébé boit également. Si vous consommez de l'alcool, votre bébé pourrait naître avec le ETCAF (Ensemble des Troubles causés par l'Alcoolisation Foetale)

Le ETCAF désigne des anomalies qui sont causées par la consommation d'alcool pendant la grossesse. **Le ETCAF est la principale cause de malformations congénitales connue au Canada.**

Voici ce qui peut arriver au bébé si sa mère boit de l'alcool.



Certains dommages ne sont pas visibles à la naissance, mais les conséquences à long terme sont importantes.

Le tableau suivant résume les dommages causés par la consommation d'alcool pendant la grossesse ainsi que les conséquences à long terme de ces dommages. De quoi faire réfléchir....

LES DOMMAGES DE L'ALCOOL ET LEURS CONSÉQUENCES	
Les dommages causés par l'alcool	Les conséquences à long terme
<ul style="list-style-type: none"> • retard de croissance et de développement • déficience intellectuelle • difficultés d'apprentissage <ul style="list-style-type: none"> • hyperactivité • incapacité physique • troubles de l'attention et/ou de la mémoire • incapacité à contrôler sa colère • difficulté à résoudre des problèmes • malformation de la tête et du cerveau <ul style="list-style-type: none"> • troubles nerveux 	<ul style="list-style-type: none"> • décrochage scolaire précoce • problèmes d'alcoolisme et de toxicomanie • problème à obtenir ou garder un emploi • problèmes d'itinérance (être sans abri) • problèmes avec la justice • comportement sexuel inapproprié • problèmes de santé mentale

Il n'y a pas de quantité d'alcool, aussi petite soit-elle, qui soit sans danger pendant la grossesse. Le plus sûr est donc d'éviter d'en consommer.

Si vous consommez de l'alcool, sachez que tous les types sont dangereux et que la quantité d'alcool est à peu près égale dans une bouteille de bière, un verre de vin et une once de spiritueux.

Si vous avez l'habitude de boire beaucoup, vous pourriez avoir besoin d'aide pour arrêter. Pour la santé de votre bébé et pour la vôtre, faites appel aux services d'aide dont vous avez besoin. Vous pouvez communiquer avec les Services de traitement des dépendances ou demander à votre fournisseur de services de santé ou à une infirmière en Santé publique de vous dire quels programmes sont offerts dans votre communauté.

Centres de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick :

<http://www.gnb.ca/0378/centers-f.asp>

Agence de la santé publique du Canada : <http://www.phac-aspc.gc.ca/index-fra.php>