

Il n'y a pas de  
boisson alcoolisée plus  
anodine qu'une autre



10 cl de vin à 12° = 25 cl de bière à 5° = 25 cl de cidre à 5° = 3 cl de whisky à 40° ou alcool fort = 7 cl d'apéritif à 18°

L'abstinence totale  
est la meilleure attitude

Il n'existe pas de seuil de consommation sans risque.  
Il est donc recommandé de s'abstenir totalement de toute  
consommation de boissons alcoolisées pendant la  
grossesse et l'allaitement. Une femme qui ne  
parvient pas à maîtriser sa consommation  
d'alcool devrait en parler à son  
médecin.



Il n'est jamais  
trop tard

Si vous êtes enceinte ou  
envisagez de le devenir, vous  
pouvez obtenir des renseignements  
sur la consommation d'alcool  
ou de drogues en téléphonant au :

Ecoute Alcool

0 811 91 30 30

7 jours sur 7 de 14h à 2h  
Appel anonyme

Drogue Info Service

0 800 23 13 13

7 jours sur 7  
Appel anonyme

Ecoute Cannabis

0 811 91 20 20

7 jours sur 7 de 8h à 20h  
Appel anonyme

ars  
Agence Régionale de Santé  
Bretagne

Association Nationale  
de PREVENTION  
en ALCOOLOGIE  
et ADDICTOLOGIE  
A.N.P.A.A. Bretagne

A.N.P.A.A. BRETAGNE

3, allée René Hirel - 35000 RENNES  
Tél : 02 99 65 48 11  
E-mail : bretagne@anpaa.asso.fr

Brest  
02 98 44 15 47

Saint Brieuc  
02 96 60 80 69

Rennes  
02 99 31 58 55

Vannes  
02 97 63 86 86

Toutes  
les  
chances  
+ une...

Protégez votre enfant  
des risques liés à  
la consommation d'alcool



## L'alcool passe rapidement dans le sang du bébé

L'alcool traverse le placenta et passe directement dans le sang du fœtus qui, lui, ne possède encore aucune protection. Ses organes en plein développement vont être particulièrement touchés pendant les trois premiers mois de grossesse. La concentration d'alcool dans le fœtus est identique à celle présente dans le sang de la mère.

## Le fœtus ne peut éliminer l'alcool au même rythme que la mère

De la même façon, le placenta ne protège pas le bébé de la consommation d'autres produits psychoactifs, tels que médicament, tabac, cannabis ou autre drogue.



L'alcool peut provoquer des lésions sur des organes spécifiques s'il est consommé au cours de la grossesse.

"J'ai consommé de l'alcool pendant ma grossesse et je m'inquiète pour mon enfant ?"

Parlez-en à votre médecin ou à votre sage-femme, ils sauront vous conseiller.

## Les organes en phase de développement sont très vulnérables

Du 1<sup>er</sup> au 9<sup>ème</sup> mois  
Le risque commence ici.



Formation des organes au cours des semaines

1-2 semaines	3	4	5	6	7	8	12	16	20-36	38
Cerveau										
	Système nerveux central									
	Cœur									
	Membres									
	Yeux									
	Oreilles									
		Dents/palais								
				Foie/reins						

## Des conséquences qui peuvent être graves

Les conséquences de l'intoxication à l'alcool sont généralement proportionnelles à la consommation, mais une seule fête "arrosée" peut faire prendre des risques au fœtus : accouchement prématuré, faible poids de naissance, retard intellectuel, troubles du comportement, voire altérations sévères du développement psychomoteur sont les troubles les plus fréquents.

## Le syndrome d'alcoolisation fœtale

Une consommation importante et régulière peut conduire à l'atteinte la plus grave : le syndrome d'alcoolisation fœtale. Il provoque des malformations et cause des lésions cérébrales irréversibles.

