Parlons de l'Alcool et des Grossesses

Information pour les Professionnels de la Santé

Le TSAF est **la principale cause des troubles du développement au Canada** et il touche environ **96 000 personnes au Canada Atlantique**. Le TSAF a des impacts complexes sur les individus, et ce, pendant toute la durée d'une vie. Le TSAF se développe dans les **sociétés qui consomment de l'alcool et à travers tous les niveaux socioéconomiques**.

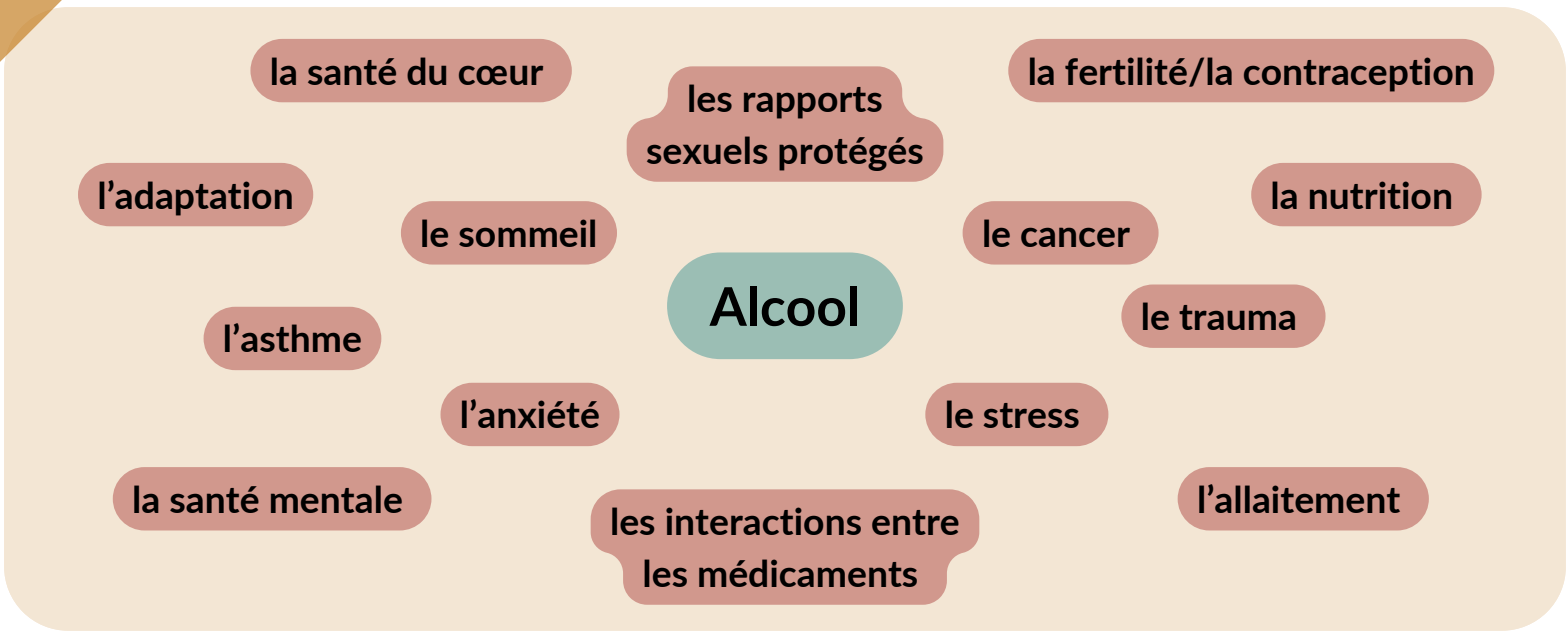
Le blâme, la honte et la stigmatisation associés au TSAF peuvent causer un manque de communication concernant l'alcool et les grossesses. Les personnes peuvent consommer de l'alcool pendant leur grossesse pour toutes sortes de raisons. Par exemple, parce que c'est leur mécanisme d'adaptation, parce qu'elles ne savent pas qu'elles sont enceintes ou en raison des fausses informations en ce qui concerne la consommation d'alcool et les grossesses.

Les professionnels de la santé jouent un rôle primordial dans la promotion de la prévention du TSAF. fasdNL recommande des approches ouvertes et soutenantes pour les discussions concernant l'alcool avec tous, mais surtout avec les personnes enceintes et leurs partenaires.

Des Interventions Brèves et des Idées pour des Discussions Concernant l'Alcool

Des discussions de façon régulière concernant l'alcool et la consommation de substances peuvent normaliser la consommation dans nos vies, notamment dans la façon dont elle est liée à nos mécanismes d'adaptation. Pensez aux manières **d'introduire le sujet des substances, comme l'alcool, pendant les rendez-vous médicaux** et non seulement quand les personnes sont enceintes. Par exemple, si une personne a de la difficulté à dormir, considérez une discussion sur la façon dont les substances, comme l'alcool, peuvent avoir des impacts sur le sommeil et sur l'état de santé général.

Des conversations concernant l'alcool peuvent être engagées dans des sujets comme :



Le langage est Important

Soyez attentif et évitez des propos qui peuvent **faire peur, être confrontant ou augmenter les dynamique**s de pouvoirs entre les professionnels de la santé et le patient. Essayez de ne pas utiliser un langage qui sous-entend le blâme ou des suppositions. À la place, utilisez un langage qui est basé sur les forces ou qui redonne du pouvoir d'agir.

Des Suggestions de Questions et d'Eléments pour Amorcer les Conversations

Évitez de dire

« Vous ne buvez pas d'alcool pendant votre grossesse, n'est-ce pas ? »

« Toute quantité d'alcool est nocive pour le bébé ».

« Je pense que vous devez… »

Utilisez plutôt ces types de propos

« Je pose des questions sur l'alcool (la consommation de substances) à tous mes patients, puisque c'est important pour l'état de santé général. Est-ce que vous accepteriez que je fasse cela maintenant ? »

« Plusieurs personnes ont des questions sur la consommation

« Consommer de l'alcool pendant la grossesse est absolument inacceptable, donc j'espère que vous n'en buvez pas ».

« Est-ce que vous consommez ou est-ce que vous faites quelque chose qui pourrait nuire à la santé de votre bébé ? »

Ces types de propos peuvent faire en sorte qu'une personne ne discute pas de sa consommation d'alcool ou qu'une personne ne dit pas toute la vérité par honte ou par peur. De telles situations peuvent causer plus de dommages sur les personnes ou sur les grossesses.

d'alcool pendant les grossesses. Est-ce que je peux répondre à vos questions concernant ce sujet ? »

« Pouvez-vous me parler de votre consommation d'alcool avant et pendant la grossesse ? »

« J'apprécie votre ouverture de me parler de consommation d'alcool ».

Ces types de propos peuvent permettre aux personnes d'être transparentes en ce qui concerne leur consommation d'alcool, ce qui redonne du pouvoir d'agir au patient et enlève tout blâme de la conversation. Cela peut mener aux soins préventifs.

Pour des ressources supplémentaires qui peuvent être utilisées en format numérique ou papier, scannez le code QR !