

# CANNABIS, GROSSESSE ET ALLAITEMENT : QUE SAVONS-NOUS?



## Consommation

**Au Québec, en 2019, environ 13 % des femmes de 15 ans et plus ont affirmé consommer du cannabis<sup>1</sup>.**

Il n'y a pas de données publiées sur la consommation des femmes enceintes et allaitantes québécoises. Cependant, en 2020, un sondage de l'ASPQ mené auprès de femmes enceintes ou ayant accouché récemment indiquait que, chez la centaine de femmes consommatrices de cannabis sondées, le quart continuait à consommer durant leur grossesse<sup>2</sup>. Similairement, en 2018, 3 % des mères canadiennes déclaraient avoir consommé du cannabis pendant la grossesse et 3 % pendant l'allaitement<sup>3</sup>.

Outre le maintien d'une consommation préalable, certaines personnes choisissent de consommer du cannabis pendant la grossesse pour réduire des inconforts tels que la nausée ou les difficultés de sommeil.

## Que dit la science?

### Effets du cannabis durant la grossesse

La science est claire : le THC (tétrahydrocannabinol), principal composé psychoactif du cannabis, traverse la barrière placentaire et expose le fœtus.

Le CBD (cannabidiol), autre ingrédient actif retrouvé dans le cannabis, est beaucoup moins étudié, et les données le concernant sont peu concluantes.

Les conséquences de l'exposition au THC pour le fœtus sont incertaines. Cependant, les données actuelles les plus probantes indiquent que la consommation de cannabis durant la grossesse pourrait augmenter les risques suivants<sup>4,5,6,7,8,9,10,11</sup>:

#### Chez le nourrisson :

- Troubles de croissance (ex : plus petit poids à la naissance);
- Troubles du sommeil (ex: moins d'heures de sommeil);
- Dysfonction au niveau du système immunitaire.

#### Chez l'enfant (jusqu'à 10 ans) :

- Altérations de l'humeur et du comportement;
- Troubles affectifs;
- Troubles de l'attention;
- Troubles de mémoire.

### Consommation de cannabis pendant l'allaitement

Peu de données sont disponibles sur les effets de la consommation de cannabis durant l'allaitement et les études présentent aussi des limites. Par exemple, il est difficile de dissocier les effets de la consommation de cannabis durant la grossesse de ses effets durant l'allaitement.

Actuellement, les données suggèrent que la consommation de cannabis durant cette période pourrait inhiber la production de lait de la mère et pourrait affecter le développement moteur des bébés exposés<sup>12,13</sup>.

Selon un sondage de l'ASPQ mené par Léger en 2021 auprès de 1 000 adultes québécois.es :

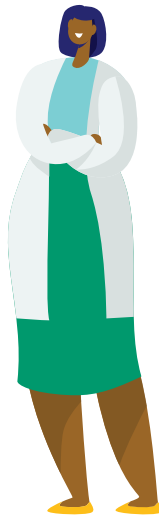
- **Près des ¾ croient** que la consommation de cannabis durant la grossesse ou l'allaitement peut avoir des **effets négatifs** pour la santé du bébé.
- **16 % affirment que certains problèmes médicaux** (exemple : nausées, anxiété, problèmes de sommeil) **peuvent justifier la consommation** de cannabis durant la grossesse.
- **13 % ont affirmé connaître au moins une personne** ayant consommé du cannabis durant la grossesse et 9 % durant l'allaitement.
- Plusieurs personnes ont refusé de répondre aux questions du sondage ou ont indiqué « ne pas savoir ».



## Qu'en pensent les professionnel.le.s en périnatalité et comment cela se traduit-il dans leur pratique ?

Les faits saillants suivants proviennent d'entrevues réalisées par l'ASPQ auprès de 14 professionnelles en périnatalité (9 infirmières, 1 sage-femme, 1 physiothérapeute, 2 travailleuses sociales, et 1 éducatrice spécialisée).

- La plupart s'assurent d'obtenir l'information sur la consommation de cannabis de leurs patientes enceintes ou qui allaitent.
- Certaines dénotent une réticence des mères à parler de leur consommation.
- Bien que la majorité connaisse certains effets possibles de la consommation de cannabis sur le fœtus et l'enfant, moins de la moitié des professionnelles interrogées transmettent ces informations à leur clientèle.
- La majorité des professionnelles connaissent des ressources vers lesquelles il est possible de référer leurs patientes (exemple : médecin de famille, psychologue, Centre de Réadaptation en Dépendance).
- La majorité n'a pas souvenir d'avoir été formée durant leurs études sur la consommation de cannabis pendant la grossesse ou l'allaitement.
- Plus de la moitié n'a pas suivi de formation continue à ce sujet; la plupart des formations sur le sujet ont été offertes par l'employeur.
- La majorité ne se sent pas suffisamment outillée face à la réalité de la consommation de cannabis par les femmes enceintes ou qui allaitent.
- Plusieurs nomment avoir besoin de formation, de ressources et d'outils afin d'être en mesure de mieux informer et soutenir les femmes qui consomment du cannabis durant la grossesse et l'allaitement.



## Pistes de recommandations

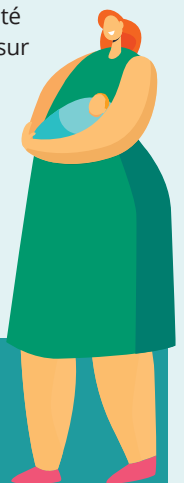
### Recommandation pour les femmes

Devant l'incertitude et considérant les risques soupçonnés, les lignes de conduite de l'INSPQ et de l'OMS, de même que l'ASPQ préconisent le principe de précaution et suggèrent d'éviter la consommation de cannabis durant la grossesse et l'allaitement ou, du moins, d'en diminuer le plus possible l'usage durant ces périodes.

### Autres pistes de recommandation

Les données recueillies lors des entrevues et de la recherche documentaire confirment certains manques auxquels il faut pallier. Ainsi, l'ASPQ suggère de :

1. Outiller davantage les professionnel.le.s en périnatalité en :
  - Offrant plus de formations sur la consommation de cannabis et d'autres substances psychoactives durant la grossesse et l'allaitement.
  - Donnant de l'information et des outils en ligne basés sur des données probantes, mises à jour régulièrement et facilement accessibles.
  - Créant des documents ou de l'information pouvant être remise dans un format simple, concis et percutant (en format papier ou via le Web).
  - Réalisant des campagnes de sensibilisation et d'information auprès des femmes enceintes et allaitantes, des conjoint.e.s, des jeunes et de la population générale via différentes plateformes.
  - Proposant et diffusant des messages pour aider à réduire la stigmatisation des consommatrices et favoriser la discussion avec des professionnel.le.s.
2. Fournir une formation concernant la consommation de substances durant la grossesse et l'allaitement à tout nouvel employé lors de son embauche à un poste en périnatalité.
3. Favoriser la diffusion et faire la promotion continue d'outils pertinents existants pour les intervenant.e.s en périnatalité du réseau (ex : « Outil de discussion sur l'allaitement et l'usage de cannabis inhalé » du CIUSSS de la Capitale-Nationale).
4. Assurer une surveillance de la prévalence de consommation de cannabis chez les femmes enceintes et allaitantes (au Québec). ■



## Sources d'information sur le sujet

Afin d'avoir un aperçu des recommandations qui sont données sur la consommation de cannabis durant la grossesse et l'allaitement, l'ASPQ a effectué des appels auprès de cinq pharmacies, trois unités d'accouchement d'hôpitaux, deux succursales de la SQDC ainsi qu'au 811 :

- La majorité énumère les risques possibles pour le fœtus;
- Plusieurs invitent à consulter un.e médecin;
- Les pharmacienn.e.s, les infirmières du 811 et des salles d'accouchement ont tendance à proposer des alternatives plus saines.

Autrement, sur le Web, l'information sur la consommation de cannabis durant la grossesse est variée et parfois contradictoire. Dans ce contexte, les professionnel.le.s de la santé sont des ressources de confiance pour les femmes enceintes et qui allaitent.