



# Stressé dans L'œuf!

Maman anxieuse, maman toxique? Il semble bien que oui, et ce, même avant la naissance de bébé.



**L**a fameuse « crise du verglas » qui a plongé le Québec dans le noir, à l'hiver 1998, a servi de laboratoire à certains chercheurs soucieux d'étudier les effets d'un tel stress sur les femmes enceintes et sur leurs rejetons.

Suzanne King, directrice de la Division de recherche psychosociale à l'Institut Douglas, à Montréal, suit depuis 12 ans une centaine de familles de la Montérégie, la région la plus touchée par cette grande noirceur. Selon elle, le stress vécu par la future mère aurait favorisé l'apparition de divers déficits chez les enfants : un QI moins élevé, un comportement plus agressif, un vocabulaire un peu moins élaboré, plus de dépression et d'anxiété aussi, surtout chez les bébés portés par les mères les plus déstabilisées par le chaos ambiant.

Suzanne King tient toutefois à préciser que ces troubles sont la plupart du temps compensés par un environnement adéquat : « Les familles qui participaient à l'étude appartenaient presque toutes à des milieux favorisés, et ces enfants réussissent généralement bien à l'école. N'empêche que le stress prénatal peut justifier par exemple pourquoi un élève obtient des B+ plutôt que des A+ ».

Son explication : « Pendant la période de stress, le corps de la maman produit trop de cortisol et cette surcharge se transmet à l'embryon. » Suzanne King a aussi observé un phénomène étrange chez les « bébés du verglas » : des empreintes digitales asymétriques. Il se trouve que ces petits motifs qui enjolivent le bout des doigts se développent en même temps que l'hippocampe, une région du cerveau impliquée dans la mémoire, l'apprentissage et la gestion des

émotions. « L'excès de cortisol prénatal pourrait affecter le développement de l'hippocampe du bébé », soutient Suzanne King. D'autres chercheurs ont observé une atrophie de cette structure cérébrale chez les animaux et les humains hyperstressés – ce qui produirait certains déficits cognitifs et une instabilité émotionnelle.

On vient aussi de découvrir que des substances toxiques pourraient avoir le même effet sur l'embryon. Pierre Plusquellec, du Centre d'études sur le stress humain, à l'Hôpital Louis-H. Lafontaine, à Montréal, a en effet récemment établi un lien entre une exposition prénatale aux biphenyles polychlorés (BPC) et une humeur plus sombre chez des enfants inuits. Ces derniers étaient soumis à un examen de trois heures, pendant lequel on évaluait leurs capacités motrices et cognitives, de même que leur réponse au stress. Captée sur vidéo, la séance était ensuite dûment analysée par des psychologues. « Les enfants exposés aux BPC avaient moins tendance à rire et à sourire pendant l'expérience », affirme-t-il.

Chez des rats exposés à un autre contaminant – le plomb – on a noté une plus grande réactivité du système nerveux. « Un environnement toxique est perçu par l'organisme comme une menace », explique Sonia Lupien, de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine. L'embryon pourrait donc percevoir à l'avance que le monde dans lequel il s'apprête à prendre sa première respiration est inhospitalier – soit contaminé, dévasté par un cataclysme ou peuplé d'êtres humains hostiles. Son cerveau s'arme en devenant vigilant, une condition « idéale » pour développer du stress chronique.