

ALCOOL PLAISIR OU ALCOOL VIOLENCE,
ALCOOL OUBLI OU ALCOOL FÊTE,
ALCOOL ACCIDENT OU ALCOOL DÉTENTE ?
QU'IMPORTE LE FLACON,
LES CONSÉQUENCES SONT GRAVES.
À LIRE SANS MODÉRATION.

L'ALCOOL, QU'EST-CE QUE C'EST EXACTEMENT ?

L'alcool est obtenu par fermentation de végétaux riches en sucre, ou par distillation, et intervient dans la composition des boissons alcoolisées : vin, cidre, bière, boissons apéritives, liqueurs.



La France est classée dans les premiers pays européens par son importante consommation.

La France se caractérise par une importante consommation qui la classe en tête des pays de l'Union européenne, même si globalement cette consommation baisse régulièrement depuis plus de trente ans. Le vin constitue encore les deux tiers de la consommation totale d'alcool pur.

Les vins de consommation courante ont cédé la place aux vins d'Appellation d'origine contrôlée (AOC) ou aux Vins de qualité supérieure (VDQS).

La consommation de cidre tend à diminuer, contrairement à celle de la bière et notamment des bières fortement alcoolisées.

La consommation d'alcools distillés (alcools forts) ne change pas globalement.



Whisky

Bière

Alcool distillé

Vin

L'ALCOOL EST OBTENU
PAR FERMENTATION DE VÉGÉTAUX
RICHES EN SUCRE,
OU PAR DISTILLATION,
ET INTERVIENT DANS LA
COMPOSITION DES BOISSONS
ALCOOLISÉES : VIN, CIDRE,
BIÈRE, BOISSONS
APÉRITIVES, LIQUEURS.

L'ALCOOL



EST UN PRODUIT
LICITE
La production,
la vente et
l'usage sont
réglementés

→ PAGE 84

EN 1995, LES FRANÇAIS
CONSUMAIENT PAR AN
ET PAR HABITANT 11,5 LITRES
D'ALCOOL PUR*,
SOIT L'ÉQUIVALENT
DE 92 LITRES DE VIN À 12°.

* L'alcool pur est le volume d'alcool exprimé en alcool à 100 % ;
1 litre d'alcool pur équivaut à environ 8 litres de vin à 12°.

EFFETS ET DANGERS DE L'ALCOOL

L'alcool n'est pas digéré : il passe directement du tube digestif aux vaisseaux sanguins. En quelques minutes, le sang le transporte dans toutes les parties de l'organisme.

L'alcool détend et désinhibe. À court terme et lorsqu'il est consommé à des doses importantes, il provoque un état d'ivresse et peut entraîner des troubles digestifs, des nausées, des vomissements...

Les risques sociaux

- diminution de la vigilance, souvent responsable d'accidents de la circulation, d'accidents du travail ;
- pertes de contrôle de soi qui peuvent conduire à des comportements de violence, à des passages à l'acte, agressions sexuelles, suicide, homicide ;
- exposition à des agressions en raison d'une attitude parfois provocatrice ou du fait que la personne en état d'ébriété n'est plus capable de se défendre.

Les risques sanitaires

À plus long terme, l'usager risque de développer de nombreuses pathologies : cancers (de la bouche, de la gorge, de l'œsophage, entre autres), maladies du foie (cirrhose) et du pancréas, troubles cardio-vasculaires, maladies du système nerveux et troubles psychiques (anxiété, dépression, troubles du comportement).



LES HOMMES SONT PLUS TOUCHÉS



Plus de 7% des décès
chez les hommes



contre près de 2%
chez les femmes

EN 1997, PARMIS LES PLUS DE 15 ANS,

On comptait en France **22 615** décès directement liés à la maladie alcoolique chronique dont :

- 11 448** par cancers des voies aérodigestives supérieures,
- 8 865** par cirrhose du foie,
- 2 302** par psychose et dépendance alcoolique.

La consommation excessive d'alcool est en cause dans plus de **20 000** autres décès : accidents sur la voie publique, suicides, autres cancers (du foie, du pancréas, du côlon), maladies cardiaques. L'alcool est également à l'origine ou en cause dans une proportion importante des homicides, environ 1/3 des accidents mortels de la route et 1/5 des accidents domestiques.



1 VERRE
STANDARD
=
10 G
D'ALCOOL
PAR VERRE

CONSEILS POUR UN USAGE SANS DOMMAGE

Lorsqu'on boit de l'alcool, plus on dépasse les limites indiquées (augmentation des quantités et fréquences de consommation), plus le risque est important.

CONSOUMATIONS OCCASIONNELLES

Exceptionnellement, pas plus de 4 verres standard en une seule occasion.

Au-delà du deuxième verre, le taux d'alcoolémie autorisé est dépassé: on ne peut conduire ni voiture, ni machine. Associée à des médicaments ou à des drogues, une seule dose, même faible, peut avoir des conséquences néfastes immédiates.

CONSOUMATIONS RÉGULIÈRES

- pour les femmes : pas plus de 2 verres standard par jour ;
- pour les hommes : pas plus de 3 verres standard par jour ;
- au moins un jour par semaine sans aucune boisson alcoolisée.

NE PAS CONSOMMER

- pendant l'enfance et la préadolescence ;
- pendant une grossesse ;
- lorsqu'on conduit un véhicule, ou une machine dangereuse ;
- quand on exerce des responsabilités qui nécessitent de la vigilance ;
- quand on prend certains médicaments.



INÉGAUX FACE À L'ALCOOL

- Face à la consommation d'alcool, **chacun réagit différemment selon sa corpulence, son état de santé physique et psychique**, que l'on soit un homme ou une femme, et selon le moment de la consommation.
- Ce seuil de consommation dépend donc de la personne et du contexte. Quand la consommation s'effectue avec, avant ou après d'autres substances (médicaments, drogues), cette notion de seuil n'a plus cours.
- Boire une grande quantité d'alcool en peu de temps provoque une montée importante du taux d'alcoolémie. Seul le temps permet de le faire baisser.
On compte qu'il faut environ une heure par verre absorbé.
- Retarder le moment de conduire une voiture ou une machine. Suivant l'état de fatigue et l'état psychologique (énervement, agitation...), se reposer, dormir, se faire conduire.
- Si on boit sans manger, l'alcool passe d'un seul coup dans le sang et ses effets sont plus importants.

**UNE SEULE DOSE, MÊME FAIBLE,
PEUT AVOIR DES CONSÉQUENCES NÉFASTES IMMÉDIATES.**

ALCOOL ET DÉPENDANCE

Certaines personnes risquent de passer d'une consommation récréative contrôlée, "l'usage", à une consommation excessive non contrôlée, "l'usage nocif" ou "usage à problème".

Les troubles liés à la consommation excessive d'alcool surviennent à des moments très variables selon les individus. Certains vont vivre des ivresses répétées avec de longues interruptions sans devenir pour autant dépendants. Cet usage reste toutefois à problème.



Un consommateur excessif peut évoluer en trois étapes vers la dépendance alcoolique.

• **Phase 1 :**
aucun dommage majeur n'apparaît.

Les activités professionnelles, sociales et familiales sont globalement conservées. La santé mentale et physique n'est pas altérée de manière significative.

• **Phase 2 :**
des difficultés d'ordre relationnel, social, professionnel, judiciaire apparaissent.

La santé physique et mentale amène parfois la personne à réduire ou à arrêter momentanément sa consommation (abstinence).

• **Phase 3 :**
la personne est devenue incapable de réduire ou d'arrêter sa consommation, malgré la persistance des dommages.

De nombreux symptômes apparaissent : tremblements, crampes, anorexie, troubles du comportement. Le consommateur est alors **alcoolo-dépendant** →.

→ **PAGE 15**
alcoolo-
dépendant

SERVIS DANS UN CAFÉ OU UN RESTAURANT,

un verre de vin rouge, blanc ou rosé, un demi de bière à la pression, une coupe de champagne, un verre de porto, une dose de whisky, de pastis contiennent tous environ la même quantité d'alcool.

À DOMICILE, LES DOSES SONT VARIABLES :

les verres ne sont pas tous de la même taille et peuvent être plus ou moins remplis.

IL EST DONC INTÉRESSANT DE CONNAÎTRE LE NOMBRE DE VERRES STANDARD CONTENUS DANS CHAQUE BOUTEILLE.



**1 VERRE
STANDARD
=
10 G
D'ALCOOL
PAR VERRE**

CHAMPAGNE

**BOUTEILLE =
75 CL À 12°
D'ALCOOL**

10 CL



**7,5
VERRES
STANDARD
OU COUPES**

VIN

**BOUTEILLE =
75 CL À 12°
D'ALCOOL**

10 CL



**7,5
BALLONS
STANDARD**

BIÈRE

**PRESSION
DE 25 CL =
1 VERRE
STANDARD**



5° D'ALCOOL

**CANNETTE
DE 33 CL =
1,32
VERRE
STANDARD**

Attention ! il ne s'agit pas des bières fortement alcoolisées récemment apparues sur le marché.

WHISKY

3 CL



**23 DOSES
OU VERRES
STANDARD**

**BOUTEILLE =
70 CL À 40°
D'ALCOOL**

PASTIS

3 CL



**25 DOSES
OU VERRES
STANDARD**

**BOUTEILLE =
70 CL À 45°
D'ALCOOL**

PORTO

6 CL



**12 DOSES
OU VERRES
STANDARD**

**BOUTEILLE =
75 CL À 20°
D'ALCOOL**

COGNAC

3 CL



**23 DOSES
OU VERRES
STANDARD**

**BOUTEILLE =
70 CL À 40°
D'ALCOOL**

HISTORIQUE



**LES CONSOMMATIONS D'ALCOOL REMONTENT
À L'ANTIQUITÉ. RITUELLES, SACRÉES,
CONVIVIALES, OU FESTIVES.**

L'alcool est aussi utilisé comme remède : c'est le seul anesthésique utilisé pendant les campagnes napoléoniennes, (aux États-Unis, pendant la prohibition, seuls les médecins pouvaient en prescrire). Au XIX^e siècle, lors de la révolution industrielle, apparaît la notion d'alcoolisme. Dans la plupart des pays occidentaux, à des époques variables selon les contextes économiques, politiques et religieux, l'"ivrognerie" de quelques-uns cède la place à l'alcoolisme de masse. En 1871 apparaissent à l'école les premières mesures de prévention. Après la première guerre mondiale, le discours évolue : on préconise dès le plus jeune âge l'usage modéré de boissons fermentées, tout en déconseillant les boissons distillées. En surproduction dans les années 1920, le vin est d'autant plus toléré.

Après la Seconde Guerre mondiale, on glorifie la sobriété. Des lois interdisent le vin dans les cantines, la publicité et la vente d'alcool dans les stades, et instituent le principe des boissons pilotes (la limonade, le lait...) proposées à bas prix dans les cafés. A partir de 1968, les pouvoirs publics prennent conscience que l'alcoolisme est la conséquence du malaise de certains dans une situation à problèmes, et recentrent leur message de prévention sur les risques immédiats de la consommation excessive d'alcool.

**AUJOURD'HUI, LA CONSOMMATION EXCESSIVE D'ALCOOL
ET L'ALCOOLISME FRAPPENT DE NOMBREUX
PAYS EN VOIE DE DÉVELOPPEMENT.**



LES CHIFFRES D'UNE RÉALITÉ FRANÇAISE

CONSOMMATION DÉCLARÉE :

(chiffres 1995) ③

**ADULTES
DE 18 À 75 ANS**

→ Tous les jours

- Environ 20 % ;
- Répartition par sexe : trois hommes pour une femme.

→ Consommation nocive d'alcool à long terme (chiffres 1991) ①

- 10 % des consommations sont nocives à long terme (augmentation de la mortalité des hommes pour plus de 4 verres tous les jours, et des femmes pour plus de 2 verres tous les jours).

**JEUNES
SCOLARISÉS
DE 15 À 19 ANS**

→ 6 fois et plus lors des 30 derniers jours (chiffres 1999) ⑨

- 20 % :
26 % chez les garçons
14 % chez les filles.



SOINS (chiffres 1997) ⑤

- 80 000 personnes en difficulté avec l'alcool sont venues consulter dans les structures spécialisées en 1997.

● Sources

→ PAGE 139

LA MORTALITÉ ANNUELLE IMPUTABLE À L'ALCOOL ⑩

- 50 000 décès, soit près de 10 % de la mortalité toutes causes confondues ;
- un accident mortel sur trois en 1995 (présence d'une alcoolémie illégale en cause). ⑩



*Présence
d'une alcoolémie
illégal
dans un accident
mortel sur trois.*

CONTRÔLES D'ALCOOLÉMIE EN 1996

- 132 000 tests positifs

CONDAMNATIONS PRONONCÉES PAR LES TRIBUNAUX EN 1996 : ②

- 97 000 condamnations pour conduite en état alcoolique ;
- 5 000 condamnations pour atteintes corporelles provoquées par des conducteurs en état alcoolique, dont environ 500 homicides involontaires.



ACHATS DE BOISSONS ALCOOLISÉES ⑩

- 93 milliards de francs dépensés par les ménages en 1997

(Ce montant ne comprend pas les dépenses effectuées dans les hôtels, cafés et restaurants qui restent difficiles à évaluer).

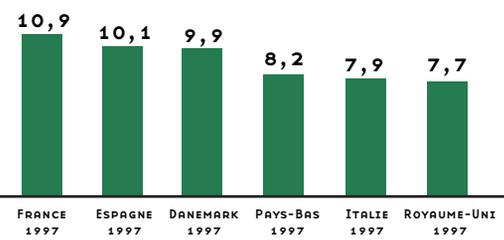
TENDANCE STATISTIQUE



Amorcée au début des années 1960, la tendance à la diminution des quantités d'alcool consommées en moyenne par habitant, liée à la forte diminution de la consommation quotidienne de vin, s'est poursuivie jusqu'au milieu des années 1990 (derniers chiffres connus). La consommation d'alcools forts reste stable.

CHIFFRES D'UNE RÉALITÉ EUROPÉENNE CONSOMMATION D'ALCOOL PAR AN ET PAR HABITANT (EN LITRES D'ALCOOL PUR)

Il s'agit évidemment de moyennes calculées à partir des chiffres de vente



Source : Produktschap voor gadistilleerde Dranken, Schiedam, Pays-Bas (1998)





**L'ALCOOL EST UN PRODUIT LICITE.
SA PRODUCTION, SA VENTE ET
SON USAGE SONT RÉGLEMENTÉS.**

La réglementation du commerce des boissons alcoolisées repose sur une classification des boissons. Elle régit tout débit de boisson où l'on consomme sur place.

La protection des mineurs

Quiconque fait boire un mineur jusqu'à l'ivresse commet un délit.

Il est interdit de vendre ou d'offrir à des mineurs de moins de 16 ans des boissons alcoolisées (dans les débits de boissons, les commerces et lieux publics).

La loi du 10 janvier 1991 (dite loi Évin) interdit :

- la publicité dans la presse pour la jeunesse et la diffusion de messages publicitaires à la radio le mercredi, et les autres jours entre 17 heures et 24 heures ;
- la distribution aux mineurs de documents ou objets nommant, représentant ou vantant les mérites d'une boisson alcoolisée ;
- la vente, la distribution et l'introduction de boissons alcoolisées dans tous les établissements d'activités physiques et sportives (une autorisation d'ouverture de buvette lors d'une manifestation sportive peut toutefois être délivrée sur demande).

La sécurité routière

- Des contrôles d'alcoolémie sont possibles, même en l'absence d'infraction ou

d'accident, à l'initiative du procureur de la République ou d'un officier de police judiciaire (article L. 3 du code de la route et loi du 31 octobre 1990).

- Le taux légal d'alcoolémie maximum est fixé à 0,5 grammes d'alcool par litre de sang (contrôle par analyse de sang) et à 0,25 milligramme par litre d'air exprimé (contrôle par éthylomètre – article L.1^{er} et R. 233-5 du code de la route).

- Entre 0,5 et 0,8 gramme d'alcool par litre de sang – ou entre 0,25 et 0,4 milligramme par litre d'air expiré – c'est une contravention passible d'une amende forfaitaire de 900 F et d'un retrait de trois points du permis de conduire.

- Au-delà de 0,8 gramme d'alcool par litre de sang, il s'agit d'un délit entraînant un retrait de six points du permis de conduire, passible de deux ans de prison et d'une amende de 30 000 F. La condamnation peut être assortie d'une suspension ou d'une annulation du permis de conduire (obligatoire en cas de récidive), de mesures de soins ou d'un travail d'intérêt général.

- Dans les stations-service, la vente de boissons alcoolisées à emporter est interdite entre 22 heures et 6 heures du matin.

La publicité

Les affichages publicitaires doivent se limiter à certaines indications et être accompagnés d'un message préventif à l'égard de l'abus d'alcool. Toute publicité à la télévision et au cinéma est interdite (loi du 10 janvier 1991).

