



Alcool

Avec 11% des jeunes de 17 ans déclarant boire régulièrement de l'alcool, et une consommation de plus en plus précoce, il est vital d'informer les enfants et adolescents des dangers de cette substance [psychoactive](#) [Se dit d'un produit ayant un effet sur le cerveau](#)..

L'abus d'alcool est particulièrement dangereux pour les jeunes, les femmes enceintes et les conducteurs.

Chaque année il provoque des accidents de la route, comportements violents, rapports non protégés, échecs scolaires, problèmes de santé chez des nouveau-nés, etc.

Quelques autres chiffres

- Entre 2004 et 2007, il y a eu une augmentation de 50% des hospitalisations pour ivresse chez les moins de 15 ans.
- 5% des décès des 15-29ans, au niveau mondial, sont attribuables à l'alcool selon une étude finlandaise de 2006.
- Les accidents de la route sont les premières causes de mortalité chez les 15-24 ans (27% sont tués sur la route) et un accident mortel sur trois a lieu à cause de l'alcool.
- Selon une étude suisse de 2006, réalisée auprès de 6993 adolescents de 13 à 17 ans, 20% d'entre eux, ayant une consommation à risque, sont également les plus exposés à la violence physique.

L'alcool-dépendance

L'alcool-dépendance (ou alcoolisme) est une [toxicomanie](#) [Etat de dépendance périodique ou chronique à des substances ou à des comportements](#) et une maladie chronique à évolution progressive se présentant par des symptômes tels qu'une envie irrésistible de boire malgré des conséquences fâcheuses sur la vie sociale, affective, professionnelle ou sur la santé. Cette maladie peut se transmettre génétiquement, cependant, seule une petite proportion des enfants d'alcool-dépendants deviennent alcool-dépendants (15% des garçons et 5% des filles). 10% des consommateurs d'alcools sont alcool-dépendants. Les plus touchés sont les jeunes, et les personnes souffrant de maladies psychiatrique comme la dépression, la skizophrénie, etc.

La dépendance à l'alcool est définie par la survenue simultanée pour un individu de trois parmi les sept critères suivants:

- Tolérance augmentée (tient mieux l'alcool)
- Symptômes de sevrage (tremblements, anxiété, sudations, épilepsie à l'arrêt de l'alcool)
- Difficultés à contrôler la quantité d'alcool consommé
- Préoccupations liées à l'approvisionnement en alcool
- Désir persistant et infructueux de diminuer ou d'interrompre la consommation
- Répercussions négatives de l'alcool sur les loisirs et la vie sociale
- Consommation persistante malgré des problèmes de santé physique ou psychique.

Il n'est pas possible de guérir totalement de l'alcool-dépendance. Il existe cependant des médicaments pouvant aider à arrêter et à prévenir les rechutes. Ils sont repartis en 2 catégories selon leur effet principal :

- Les calmants de la classe des benzodiazépines qui sont utilisés pendant le temps du sevrage physique pour diminuer ou éviter les symptômes qui peuvent se développer à l'arrêt de l'alcool tels que tremblements, sudations, palpitations, épilepsie et delirium tremens.
- Les médicaments qui aident à être abstinent en diminuant l'envie de boire.

Danger et conséquence de l'alcool

L'alcool est la seule sorte de boisson qui n'est pas digéré par l'organisme. L'alcool ingurgité passe directement du tube digestif aux vaisseaux sanguins et est ainsi transportés, en quelques minutes, dans tout l'organisme.

Une consommation importante entraîne des conséquences à court terme (l'ivresse) et à long terme, mettant le consommateur, et parfois son entourage, en danger.

Court terme :

- indigestion d'alcool entraînant des troubles digestifs, nausée, vomissement, etc.
- Diminution de la vigilance
- Perte de contrôle de soi pouvant conduire à des comportements violents ou dangereux : bagarre, agression sexuelles, suicide, homicide.
- Exposition à des agressions du au fait qu'une personne en état d'ébriété n'est plus capable de se défendre
- Coma éthylique (à mettre en bulle : intoxication alcoolique aiguë) entraînant une hypothermie, une incontinence urinaire, et pouvant entraîner la mort (en s'étouffant avec son vomi par exemple).

Long terme :

Consommer de manière régulière et excessive (plus de 20g d'alcool pur pour les hommes, 15g d'alcool pur pour les femmes), l'alcool augmente les risques de développer différentes

maladies telles que :

- Cancer des voies aérodigestives, de l'oesophage, du foie, du colon, du rectum et, chez la femme, du sein. (à partir d'un verre d'alcool par jour).
- Hypertension artérielle, infarctus du myocarde, [Accidents vasculaires cérébraux \(ou AVC\) hémorragiques](#) Rupture d'un vaisseau sanguin entraînant une propagation de sang dans le cerveau. et [AVC ischémiques](#) Perte immédiate d'une fonction cérébrale ou oculaire durant [moins de 24 heures](#).. (plus de trois verres par jour).
- Cirrhose du foie.
- Maladies du systèmes nerveux, telles que les troubles de l'attention, de la concentration, de la mémoire, etc.
- Maladies psychiques telles que la dépression, l'anxiété, pouvant amener au suicide.

L'alcool provoque aussi des effets néfastes augmentant considérablement le risque d'accidents mortels sur la route (principale cause de 42% des accidents mortels touchant les jeunes de 18 à 24 ans l'été).

Effets néfastes que produit l'alcool au volant :

- Réduction du champ visuel.
- Augmentation de la sensibilité à l'éblouissement.
- Diminution de l'appréciation des distances et des largeurs.
- Surestimation de ses capacités dû à un effet euphorisant de l'alcool.
- Diminution des réflexes.
- Augmentation du temps de réaction (1.5 secondes à 0.5g/l contre 1 seconde dans des conditions normales, ce qui fait parcourir 12 mètres de plus à 90km/h avant l'arrêt du véhicule).
- Prise de risque plus importante : vitesse excessive, agressivité, non-port de la ceinture, etc.

Effets néfastes en cours de grossesse :

- Malformations cranio-faciales.
- Retard de croissance.

- Handicaps comportementaux et cognitifs.
- Diminution du quotient intellectuel.
- Peut avoir d'autres graves conséquences sur la santé du futur nouveau-né

Dérives et jeux à boire

De plus en plus, les jeunes ont recours aux jeux d'alcool ou autres dérives pour égayer leurs soirées ou tenter de repousser leurs limites face à l'alcool.

Les plus courants sont les « jeux à boire », qui consistent à jouer à des jeux normaux, en remplaçant certains éléments par l'alcool (les pions remplacés par des verres d'alcool, bu à chaque prise, aux dames par exemple, ou alcool des gages consistant à boire de l'alcool pour les perdre).

Les jeunes ont aussi recours à des dérives telles que le « Binge drinking », qui consiste à boire le maximum d'alcool et d'atteindre l'ivresse en un minimum de temps.

D'autres dérives existent, par exemple celles consistant à s'injecter de l'alcool fort dans l'œil ou dans d'autres parties du corps.

Ces « jeux » et dérives peuvent avoir de lourdes conséquences, et augmentent considérablement le risque de coma éthylique (ou de cécité et dommages corporels pour l'eyeballing).

Aider et se faire aider

devez donc comprendre quels problèmes il a et l'encourager à y faire face, et à en parler à un professionnel (médecin traitant par exemple), une association, etc.

Dans tous les cas, vous ne devez pas oublier qu'il s'agit d'une personne malade, et chercher à le culpabiliser sur l'alcool est inutile, voire nocif, un alcoolique sait qu'il a un problème et culpabilise déjà à ce sujet.

Pour les alcooliques souhaitant de l'aide, voici quelques contacts utiles :

- **Alcool Info Service : 0 811 91 30 30.**

- [L'anpaa](#) : regroupe plein d'adresses et de contacts pour t'y retrouver près de chez toi.
- [Les alcooliques anonymes](#) : groupe de parole assez connu venu des USA.

sources :

[Chuv.ch](#)

[Magicmaman.com](#)

[Alcooteen.e-monsite.com](#)

[Tasante.com](#)

