



Boire un peu trop d'alcool tous les jours... c'est mettre sa vie en danger

DOSSIER DE PRESSE

10 mars 2011

CONTACT PRESSE

Inpes : Sandra Garnier – Tél : 01 49 33 23 06 – Email : sandra.garnier@inpes.sante.fr

Sommaire

Introduction	p.3
Les évolutions de la politique de lutte contre les dommages liés à l'alcool	p.4
Le buveur régulier excessif : portrait, perception et chiffres	p.7
Une campagne qui peut tous nous concerner	p.9
Deux dispositifs d'aide au service de tous	p.10
Annexe	p.11

Introduction

En France, l'alcool est la deuxième cause de mortalité évitable avec plus de 30.000 morts attribuables par an¹, chiffre en diminution grâce à la baisse de la consommation d'alcool (divisée par deux en 40 ans) mais qui reste trop élevée. Aujourd'hui, les Français de 15 ans et plus consomment 12,3 litres d'alcool pur par an. Or, cette substance constitue un facteur de risque majeur pour les maladies chroniques et certains cancers.

La campagne lancée par l'Inpes et le Ministère en charge de la santé vise à sensibiliser les hommes de 40 ans et plus à leur consommation d'alcool.

Depuis les années 2000, l'Inpes axe sa communication sur trois populations spécifiques : les buveurs réguliers excessifs, les jeunes et les femmes enceintes. L'objectif est double : les sensibiliser aux risques liés à cette consommation à court et à long terme, pour eux-mêmes et pour autrui (enfant à naître dans le cas des femmes enceintes) ; et leur donner les moyens de réduire ces risques.

La campagne, diffusée à partir du 13 mars 2011, a donc pour objectif de faire prendre conscience qu'un usage régulier excessif d'alcool n'est pas anodin. Au-delà des phénomènes de dépendance et d'ivresse, une consommation inscrite dans les habitudes de vie peut être excessive et avoir des conséquences à long terme sur la santé.

Face à ce constat et pour ne laisser personne sans réponse ou soutien, la campagne oriente le public vers deux dispositifs d'information et d'aide aux consommateurs et à leur entourage : le site alcoholinfoservice.fr, qui permet de faire le point et d'évaluer sa consommation et la ligne écoute alcool 0 811 91 30 30², qui permet de joindre un professionnel de l'écoute.

¹ Drogues. Chiffres clés (Ofdt), juin 2010 (données 2007)

² Coût d'un appel local depuis un poste fixe.

Les évolutions de la politique de lutte contre les dommages liés à l'alcool

Une bonne politique de santé publique combine en effet des mesures globales (qui visent l'ensemble de la population) et ciblées (qui visent certains groupes ou situations plus vulnérables ou à risques comme les jeunes, la grossesse, la conduite...) sous l'autorité des pouvoirs publics.

Les dispositions de la loi HPST relatives à l'alcool :

La loi n° 2009-879 du 21 juillet 2009 portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires (HPST) et les textes pris pour son application ont instauré une série de mesures réglementaires de limitation de l'accès à l'alcool :

- l'interdiction de l'offre gratuite à volonté d'alcool dans un but commercial ou sa vente à titre principal contre une somme forfaitaire, communément appelées « open bars » ; le texte permet d'exclure de cette disposition toutes dégustations et offre des boissons alcooliques à titre gratuit ou contre une somme forfaitaire lors de fêtes et foires nouvelles autorisées ou traditionnelles déclarées.
- l'élargissement de l'interdiction de toute vente de boissons alcooliques dans les stations services aux plages horaires de 18 heures à 8 heures au lieu de 22 heures à 6 heures, la vente d'alcool réfrigéré, destiné à une consommation immédiate et incompatible avec la conduite, étant interdite à toute heure dans les points de vente de carburant.
- l'obligation de suivre une formation pour vendre de l'alcool à emporter la nuit, un délai d'un an ayant été accordé aux commerçants pour se mettre en conformité.
- l'encadrement de la vente à distance, assimilée à la vente à emporter.
- L'encadrement de la publicité en faveur des boissons alcooliques sur internet.
- Affirmation du principe selon lequel le maire peut fixer une plage horaire d'interdiction de vente d'alcool à emporter de nuit dans sa commune, entre 20h et 8h.
- un débit de boisson pratiquant des « happy hours » (vente de boissons alcooliques à un prix promotionnel pendant un horaire limité) doit proposer à prix réduit des boissons non alcoolisées. En outre, la publicité pour l'alcool sur internet, si elle est autorisée sous certaines conditions, reste interdite sur les sites sportifs et ceux principalement dédiés aux jeunes (article 97 de la loi).
- interdiction de vente de boissons alcooliques à des mineurs, quels que soient le lieu et la catégorie d'alcool.

Les mesures complémentaires, la prévention :

La prévention reste plus que jamais d'actualité. Son cadre est fixé par la loi de santé publique du 9 août 2004, du plan national de prise en charge et de prévention des addictions 2007 – 2011 et du plan gouvernemental de lutte contre les drogues et la toxicomanie 2008 -2011.

Elle est mise en œuvre grâce à la mobilisation des professionnels de première ligne, qui est une priorité.

Des interventions de prévention de proximité des associations sont également financées par les pouvoirs publics, le Ministère et les Agences Régionales de Santé (ARS).

En matière de communication, information et prévention, les pouvoirs publics (CFES, puis Inpes) ont entrepris depuis la seconde moitié des années 90, **d'alerter le public sur les conséquences sanitaires à long terme** de l'usage à risque et, plus récemment, pris en compte la **surreprésentation masculine dans la consommation d'alcool**, notamment en y sensibilisant les relais d'opinion comme la presse.

En 2009, l'Inpes a poursuivi les actions entreprises en 2008 dans le cadre du Plan « santé des jeunes » en matière de prévention en rediffusant la campagne d'information de 2008 (« boire trop »).

En 2010, l'Inpes a développé une campagne de communication (spots radiophoniques et bannières Internet) pour lancer son site « alcool-info-service », dont l'objectif est de **communiquer une information détaillée sur l'alcool, de permettre au visiteur d'auto-évaluer sa consommation**, d'indiquer les risques encourus lors d'une consommation excessive et de proposer une aide auprès de professionnels intervenant dans le domaine de la santé.

La Campagne « Boire un peu trop tous les jours, c'est mettre sa vie en danger » proposée aujourd'hui par l'Inpes pour l'année 2011 s'inscrit dans le cadre d'un dispositif global de prévention.

Cette campagne s'inscrit dans le prolongement des actions de prévention que mène l'Inpes depuis plus d'une vingtaine d'années.

L'historique de ces campagnes témoigne d'une stratégie de long terme. Ainsi dans les années 90, le message émis tendait à attirer sur des situations « extrêmes » d'alcoolisation, avec un accent mis sur les situations d'ivresse, période illustrée par le message très connu de la campagne « tu t'es vu quand t'as bu ». Puis dans les années 2000, du fait notamment des avancées scientifiques, la communication a évolué autour de la notion de repères de consommation. Cela a permis deux nouvelles questions : le fait qu'une consommation régulière n'était pas anodine et la question des effets sur la santé, à long terme, d'une telle consommation.

Il s'agit en 2011, et en toute logique, de sensibiliser aux comportements de consommation présentant des risques pour la santé, liés à une consommation régulière, quotidienne et en excès.

La cible de cette campagne sont les buveurs réguliers dits « excessifs » et leur entourage. Bien qu'un large public puisse être concerné par cette problématique, la cible principale sur cette consommation particulière reste les hommes de 40 ans et plus. Leur consommation (tant en fréquence qu'en quantité) reste en effet la plus importante.

Les buveurs réguliers restent un public difficile à sensibiliser : ils ont une moins bonne connaissance des repères de consommation et ont par ailleurs une **tendance à minimiser leur consommation et à écarter le risque pour eux même**. Ensuite, parce qu'au sein de la population en général, les risques sanitaires d'une consommation régulière excessive restent largement sous estimés.

Face à cette forme de déni social, il importe donc de :

- Faire prendre conscience qu'au-delà des phénomènes de dépendance et d'ivresse, une consommation inscrite dans les habitudes de vie, peut être excessive.
- Alerter sur les effets cumulés des consommations et les conséquences de long terme pour la santé.

La campagne ne manquera pas de toucher une cible « rebond », celle des proches, notamment les femmes. Car il ne faut pas minimiser les risques induits pour l'entourage, ni le risque chronique de la consommation d'alcool chez la femme.

Le buveur régulier excessif : portrait, perception et chiffres

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, les problèmes de santé liés à l'alcool ne touchent pas que les personnes dépendantes, qui sont en fait peu nombreuses (2 à 8 % des consommateurs selon l'expert Jean-Pol Tassin)³ : ils concernent aussi des personnes qui maîtrisent leur consommation d'alcool. Le buveur régulier excessif en fait partie.

Selon les Baromètres Santé de l'Inpes, la tendance inscrite depuis 2000⁴ montre que plus les hommes consomment régulièrement de l'alcool, plus ils ont tendance à minimiser les conséquences de leur consommation d'alcool et à écarter le risque pour eux-mêmes, en définissant la consommation à risque pour la santé à un niveau supérieur à leur propre consommation.

Selon le Baromètre Santé 2010, si la crainte des maladies liées à l'alcool apparaît naturellement plus grande chez les consommateurs hebdomadaires (38,4 %) que chez les buveurs mensuels (20,1 %), la différence avec les buveurs quotidiens se révèle peu importante (43,8 %), alors même que c'est parmi ces derniers que les risques sont élevés.

Au-delà de la mauvaise connaissance des conséquences de la consommation d'alcool de la population générale, on observe que la notion de risque est souvent écartée, le risque étant volontiers renvoyé vers les autres, ceux qui boivent vraiment, "les vrais alcooliques" : c'est ce qu'on appelle le risque différé. Comme signe de cette mise à distance du risque, on constate que l'image du buveur excessif est très stéréotypée. L'alcool renvoie à des images caricaturales dans lesquelles on ne se reconnaît pas, permettant à chacun de se déculpabiliser, d'échapper à la réalité : le consommateur excessif, c'est le "jeune fêtard", le mari violent, la "femme déchue" ou encore le « clochard »⁵.

Les premiers résultats du Baromètre Santé 2010, s'appuyant également notamment sur l'AUDIT (*Alcohol Use Disorders Identification Test*)⁶, nous apportent un éclairage sur le buveur régulier excessif de plus de 40 ans.

La consommation quotidienne (c'est-à-dire hors ivresses ou consommation ponctuelle importante) d'alcool est presque inexistante avant 40 ans (3,4 % des 15-39 ans). Elle concerne en revanche 16,6 % des 40-75 ans, **plus d'un quart des hommes (25,1 %) et moins d'une femme sur dix (8,7 %)**. Même si cette tendance est à la baisse, du fait d'une génération de buveurs quotidiens plus âgée, la consommation régulière apparaît encore fortement liée au sexe et augmente avec l'âge, en particulier après 40 ans.

³ Tassin JP. « L'absence de sécurité, un facteur favorisant l'addiction aux drogues » Santé de l'Homme 2010 :410, p4

⁴ Beck F., Gautier A., Guignard R., Richard J.-B. (dir.) (2011) Baromètre santé 2010, Attitudes et comportements de santé, INPES, St Denis.

⁵ - Freyssinet-Dominjon J, Wagner AC, 2003, L'alcool en fête. Etude qualitative des pratiques et des temporalités étudiantes en matière de consommation d'alcool, Convention de recherche MILDT-INSERM-CNRS.

- Beck F., De Peretti G., Legleye S., 2006, L'alcool donne-t-il un genre ?, Travail, genre et sociétés, n°15, pp. 141-160.

- Beck F., Legleye S., Spilka S. (2006), L'alcoolisation des personnes sans domicile : remise en cause d'un stéréotype, Economie et Statistique, n°391-392, pp. 131-150.

Les hommes de plus de 40 ans gardent par ailleurs des habitudes de **consommation ponctuelle** importante (6 verres ou plus en une même occasion). Même si cette consommation apparaît moins fréquente que parmi les plus jeunes, 45 % des hommes de plus de 40 ans déclarent avoir bu au moins une fois 6 verres ou plus en une même occasion au cours des 12 derniers mois (contre 15 % des femmes), et près d'un quart d'entre eux le font tous les mois (23 %), contre à peine 6 % des femmes. Contrairement au niveau de consommation régulière, ces habitudes de consommation ponctuelle importante apparaissent au même niveau qu'en 2005.⁷

Selon les seuils du questionnaire AUDIT permettant de distinguer des consommations à risque ponctuel, chronique ou de dépendance, il ressort que parmi les **hommes de plus de 40 ans** (40-75 ans), 33 % ont une consommation à risque ponctuel, **15% ont une consommation régulière excessive**, des niveaux encore une fois bien supérieurs à ceux des femmes du même âge (respectivement 12,9 %, 3,2).

⁶ Le questionnaire Audit est développé sous l'égide de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Il explore les comportements des douze derniers mois. Ref: Saunders JB, Aasland OG, Babor TF, de la Fuente JR, Grant M. Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): WHO Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption--II. *Addiction* 1993 Jun;88(6):791-804.

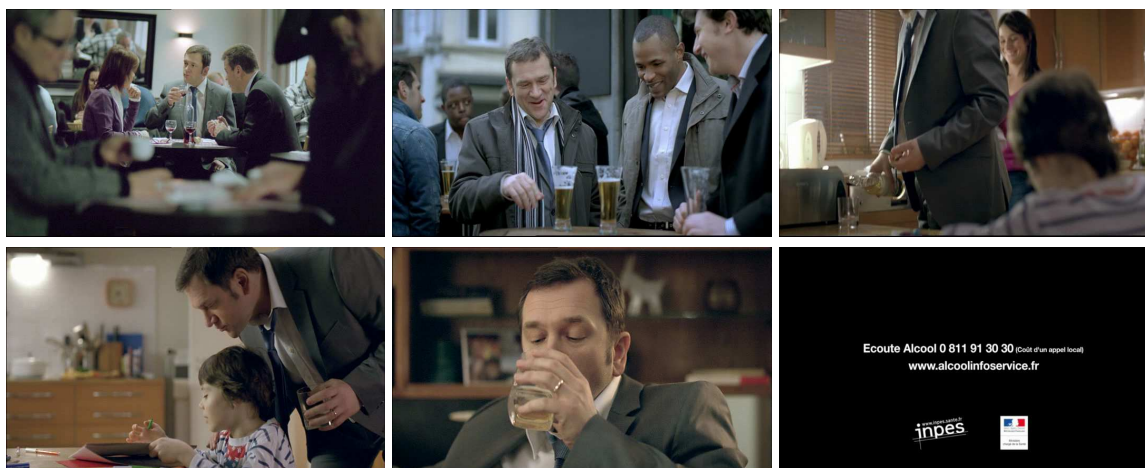
⁷ En 2005, 23,0% des 40-75 ans avaient une consommation quotidienne d'alcool, 34,9% des hommes et 12,1% des femmes ; 28,8% avaient connus une consommation ponctuelle importante au cours de l'année (44,6% des hommes vs 14,3% des femmes), dont 12,1% plus d'une fois par mois (20,0% des hommes vs 4,9% des femmes).

Une campagne qui peut tous nous concerner

Un film télévisé de 30 secondes met donc en scène un homme d'une quarantaine d'années que tout un chacun peut rencontrer dans son entourage. Sa consommation d'alcool est inscrite dans son quotidien, elle fait partie intégrante de sa vie sociale et paraît anodine : au déjeuner avec des collègues, en fin de journée avec des amis, en rentrant le soir à son domicile..., alors qu'elle ne l'est pas. Cet homme n'a pas conscience qu'une consommation régulière peut être excessive et avoir des effets sur sa santé à long terme : cancers, maladies cardiovasculaires et digestives, troubles psychiques (anxiété, dépression), problèmes sociaux (violence, difficultés conjugales), etc.

Le spot illustre les **effets cumulés** de cette consommation d'alcool et ses conséquences à long terme par l'utilisation de la **symbolique du compte à rebours**, de plus en plus audible à chaque verre bu par le personnage. Le spot se conclut par le message « **Boire un peu trop tous les jours, c'est mettre sa vie en danger** » et renvoie vers deux dispositifs d'information, d'aide et d'orientation : le site alcooinfoservice.fr et la ligne écoute alcool joignable au 0 811 91 30 30⁸.

La campagne comporte un spot TV qui sera visible du 13 mars au 6 avril sur les chaînes hertziennes et de la TNT, en métropole et dans les DOM, ainsi qu'un dispositif web (bannières renvoyant sur le site alcool info service).



Deux dispositifs d'aide au service de tous

Parce qu'alerter sur les risques ne suffit pas, l'Inpes propose deux dispositifs aux consommateurs et à leur entourage pour faire le point sur sa consommation, s'informer, être orienté vers des professionnels, des structures ou des associations, etc.

Le site alcoolinfoservice.fr est le site Internet de référence sur l'alcool et la santé, destiné au grand public. Il présente une information exhaustive sur l'alcool et ses effets, des conseils adaptés en fonction de son mode de vie et propose un dispositif d'**auto-évaluation de sa consommation : l'alcoomètre**.

Cet outil d'évaluation, scientifiquement validé, est basé sur le questionnaire AUDIT. Le test se déroule en deux étapes : la première permet d'évaluer sa consommation d'alcool en trois questions. La deuxième permet de cerner les conséquences de cette consommation, en sept questions. Le résultat permet un classement en plusieurs catégories : aucune consommation, consommation à faible risque, consommation à risque pour la santé, consommation à risque de dépendance. Les conséquences de ces consommations sont exposées au moyen d'exemples concrets : irritabilité, troubles du sommeil, problèmes sociaux, troubles digestifs, perte de mémoire, mais aussi cancers, maladies cardiovasculaires, dépression, etc.

Un programme interactif et facile d'utilisation est disponible pour l'internaute qui souhaite réduire sa consommation. Le site propose par ailleurs des conseils pour trouver de l'aide (auprès des professionnels, des associations, des dispositifs d'aides à distance, etc.).

La ligne écoute alcool joignable au **0 811 91 30 30**⁹, a pour objectif d'informer, de soutenir, de conseiller et d'orienter les personnes en difficulté avec l'alcool, et leurs proches. Les écoutants formés à la prise en charge des appels aident les personnes qui appellent à développer leur autonomie, éclairent leurs choix, favorisent leur réflexion et les accompagnent vers un mieux-être. Ils répondent aux appels du public 7 jours sur 7, de 8 heures à 2 heures.

⁹Coût d'un appel local depuis un poste fixe

Annexe

Les conséquences sanitaires et sociales de la consommation d'alcool

Combien y a-t-il de décès dus à l'alcool ?

En 2009, en France, parmi les décès liés à l'alcool, on dénombre :

- 10 000 décès par cancer,
- 6 900 décès par cirrhose,
- 3 000 décès par psychose et dépendance alcoolique,
- 2 200 décès par accidents de la route.

Au total, l'alcool est à l'origine de 14 % des décès chez les hommes et de 3 % chez les femmes.

Combien de personnes ont recours aux soins à cause de leur consommation d'alcool ?

Sur la base de l'ensemble des maladies provoquées par la consommation d'alcool (cancers, cirrhose, traumatismes dus à des accidents de la route ou domestiques survenus sous l'effet de l'alcool, etc.), on estime que **1,3 million de séjours hospitaliers sont liés à l'alcool / an**.

Par ailleurs, en **2007, plus de 130 000 personnes ont consulté dans des centres spécialisés pour la prise en charge d'un problème de consommation d'alcool** (consommation nocive ou dépendance).

Combien d'infractions sont commises sous l'effet de l'alcool ?

De nombreuses infractions à la loi sont commises sous l'influence de l'alcool. Pour la conduite en état alcoolique et l'ivresse sur la voie publique, l'alcool est explicitement en cause. Mais il est également présent dans d'autres infractions, en particulier les agressions (coups, agressions sexuelles et crimes). Cependant, on ne dispose de données statistiques exhaustives que pour les deux premiers types d'infractions.

En 2008, on a dénombré **100 621 contraventions pour conduite en état alcoolique** (alcoolémie supérieure à la limite légale mais inférieure à 0,8 g/l) et 176 443 délits (alcoolémie supérieure à 0,8 g/l, refus de contrôle d'alcoolémie ou ivresse manifeste) (source : ministère de l'Intérieur).

En 2008, 83 705 personnes ont été interpellées pour ivresse publique et manifeste, c'est-à-dire conduites au poste de police le plus proche après avoir été trouvées ivres dans un lieu public.