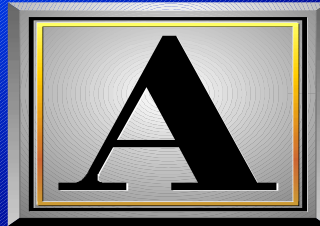
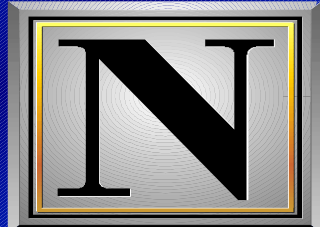




A.N.P.A.A.45

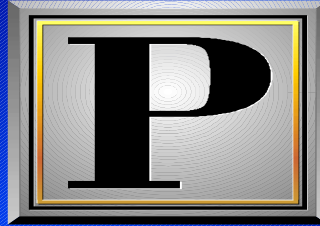


SSOCIATION



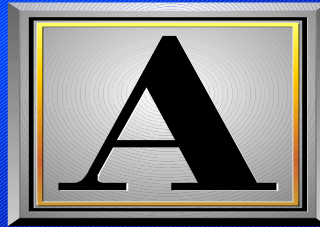
ATIONALE

de



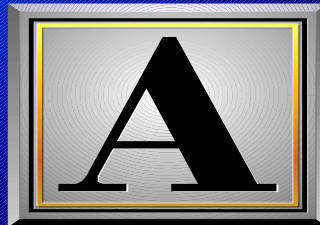
REVENTION

en



LCOOLOGIE

et



DDICTOLOGIE

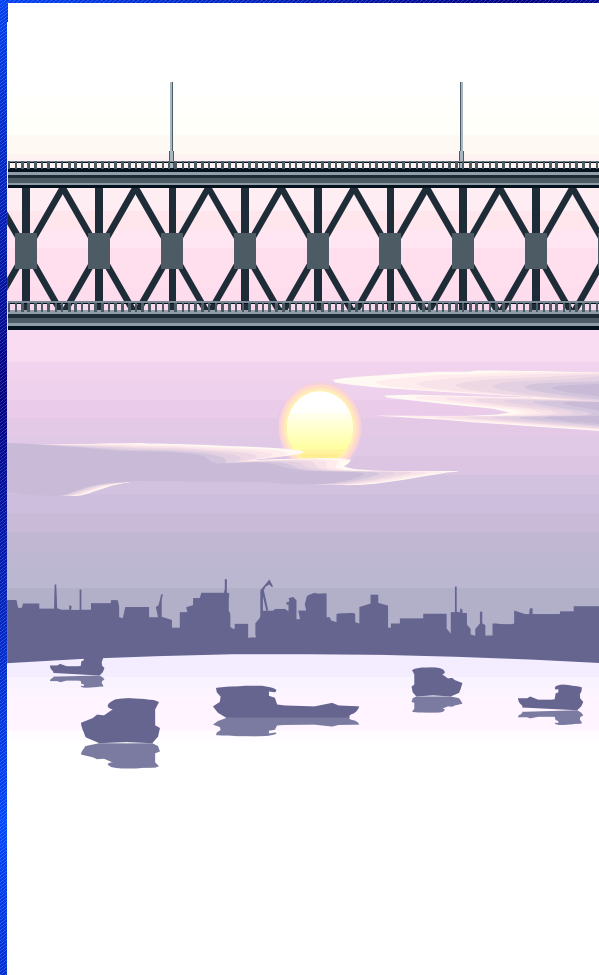
A.N.P.A.A.45. Laurent FRANCOIS

2, rue du Faubourg St Jean.45000 ORLEANS. Tel : 02.38.53.52.03

L'ALCOOL



L'USAGE



L'usage est une consommation de substances psychoactives qui n'entraîne ni complications pour la santé, ni troubles du comportement ayant des conséquences nocives sur les autres.

L'USAGE NOCIF, ABUS, USAGE A PROBLEME



Cet usage définit les consommateurs à problèmes. C'est une consommation susceptible de provoquer des dommages physiques, affectifs, psychologiques ou sociaux pour le consommateur et pour son environnement proche ou lointain.

LA DEPENDANCE

Brutale ou progressive selon les produits, la dépendance est installée quand on ne peut plus se passer de consommer, sous peine de souffrances physiques et/ou psychiques.

La vie quotidienne tourne largement ou exclusivement autour de la recherche et de la prise de produit : c'est la dépendance.



LA DEPENDANCE PHYSIQUE



Elle serait « un état d 'adaptation tel qu'apparaissent des troubles physiques intenses lorsque la consommation du produit est brutalement suspendue : sevrage ». Ces troubles constituent le syndrome de sevrage.

LA DEPENDANCE PSYCHIQUE



Elle est caractérisée par
« le désir irrépressible de
renouveler la prise du
produit sans que
n'apparaisse un
syndrome de sevrage en
cas de cessation de prise ».

Modes de relations à l'alcool

TERMES	DEFINITION	%
Non-usage Abstinence (après une période de mésusage)	Absence totale de consommation	10 %
Consommation occasionnelle (usage)	De temps en temps, en respectant le seuil défini par l'OMS et prise en dehors de toute situation à risque.	53 %
Consommation modérée (usage à risque)	Consommation quotidienne recommandation OMS	23 %
Consommation excessive (usage nocif, à problèmes)	Modifie l'équilibre psychique et physique de l'individu	10 %
Dépendance	Consommation indispensable	4 %



Consommateurs excessifs

Consommateurs à risques

☞ Boivent des quantités d'alcool supérieures aux normes de santé proposées mais ils n'ont encore aucun dommages.



Consommateurs à problèmes

☞ Boivent des quantités d'alcool supérieures aux normes de santé proposées et ont des dommages physiques, psychiques ou sociaux.



DEFINITION DE L'ALCOOLISME

➔ Perte de la liberté de s'abstenir de consommer de l'alcool.

➔ Prise d'alcool qui par sa fréquence ou son intensité nuit à l'équilibre physique et/ou psychologique et/ou social de l'individu.



Perte de
liberté
ou
déséquilibre?

Les grammes d'alcool pur par verre

25 cl de
bière à 5°

2,5 cl de
pastis à 45°



10 cl de
vin à 12°

2,5 cl de
whisky à 45°

10 cl de
champagne
à 12°

IL Y A ENVIRON **10 GRAMMES D'ALCOOL PUR** DANS CHACUN DE CES VERRES TELS QU'ILS SONT SERVIS DANS LES CAFES. (Les doses sont plus petites quand le degré est plus élevé).

CALCUL DU TAUX D'ALCOOLEMIE

Exemple d'un repas de famille :

2 apéritifs = 20 gr

2 verres de vin blanc = 20 gr

3 verres de vin rouge = 40 gr

1 coupe de champagne = 10 gr total = 80 gr

100 gr : (70 kg x 0.70 = 50) = **1,6 gr** (homme)

100 gr : (55 kg x 0.60 = 33) = **2,4 gr** (femme)

(Coefficient du taux de répartition de l'alcool dans l'organisme)

Diminution d'1/3 lors de prise d'aliments

H = 1,6 gr - 1/3 = **1,07 gr**

F = 2,4 gr - 1/3 = **1,6 gr**

L'élimination du taux d'alcoolémie diminue de **0.15 gr par heure.**

1,07 gr = 7 heures

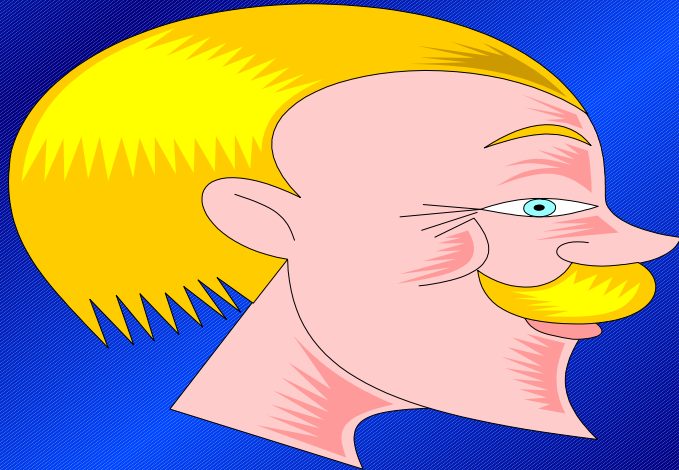
1,6 gr = 10 heures

L'alcoolémie atteint son maximum en **30 mn** si on est à jeun, en **60 mn** si on a pris un repas

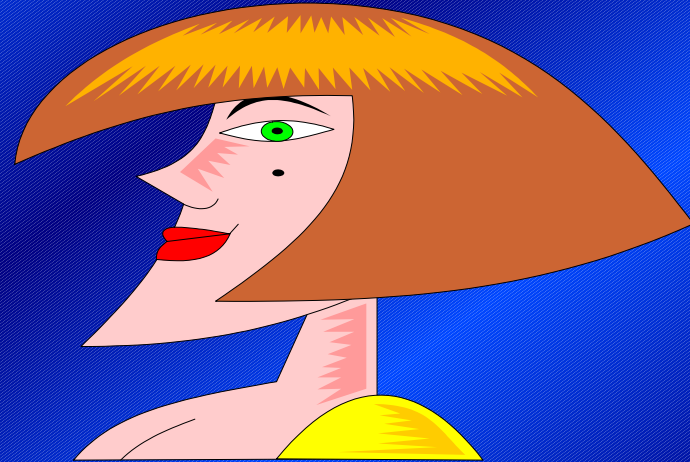


Recommandations O.M.S
pour une consommation modérée (à moindre risque).
(1 verre standard = 10 gr d'alcool)

**Pas plus de 3 verres d'alcool
par jour.**



**Pas plus de 2 verres d'alcool
par jour.**



Il est conseillé de ne pas consommer au moins 1 jour par semaine, et pas plus de 4 verres par occasion de boire.

EFFETS RECHERCHES

ANTIDEPRESSEUR



DESINHIBITEUR

Sédatif

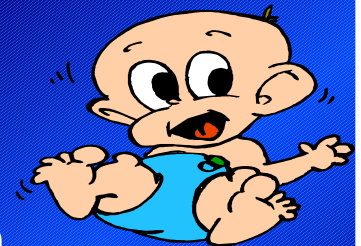
EUPHORISANT

amnésiant

ANXIOLYTIQUE

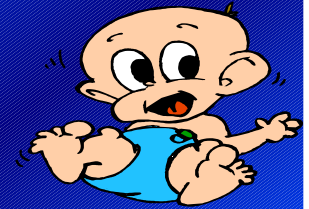
ALCOOL ET GROSSESSE

- L'alcool passe directement à travers le placenta.
- L'équipement enzymatique de détoxification (alcool deshydrogénase) apparaît chez le fœtus au second mois de vie et son activité est très réduite.
- Les concentrations d'alcool dans le liquide amniotique peuvent donc être supérieures à l'alcoolémie maternelle.
- L'activité de son foie n'est pas encore fonctionnelle. Il élimine l'alcool de manière très lente, en deux fois plus de temps que sa mère.



ALCOOL ET GROSSESSE

- Les effets de l'exposition prénatale à l'alcool sont variables et dépendent de nombreux facteurs tels que la quantité d'alcool consommée, les stades de la grossesse au cours desquels l'alcool est consommé, la capacité de la mère à métaboliser l'alcool, l'équipement génétique du fœtus...



ALCOOL ET GROSSESSE



- Une exposition prénatale à l'alcool au cours du premier trimestre risque plus d'entraîner des anomalies structurales et anatomiques, alors qu'au deuxième et troisième trimestre elle accroît le risque de retard de croissance et d'atteinte fonctionnelle, tout particulièrement cérébrale. Ces effets peuvent aller de l'avortement spontané, au retard de croissance intra-utérin et au SAF.





ALCOOL ET GROSSESSE



- Il n'existe pas de consommation sans risque durant toute la grossesse.
- A partir de 20 g/jour, il y a un risque de poids de naissance plus faible, et des effets sur le développement cognitif.
- Pour éviter une exposition du fœtus au tout début de la grossesse, il est conseillé d'éviter les consommations excessives dès qu'un projet de grossesse est en cours.

Conséquences de la consommation excessive d'alcool



Troubles du sommeil

Anxiété

Dépression

Troubles de la mémoire

Tremblements

Troubles sexuels

Hypertensions artérielles

Insuffisance cardiaque

Maladie du foie

Maladie du pancréas

Douleurs gastriques

Troubles du transit intestinal

L'ivresse alcoolique

Modifications transitoires physiologiques, comportementales et psychiques provoquées par l'ingestion aiguë d'alcool, ces modifications sont variables d'une personne à l'autre.

Etapes de l'ivresse alcoolique

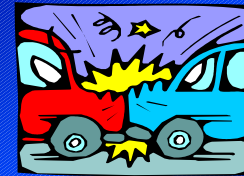
- ➡ Phase de désinhibition
- ➡ Phase d'intoxication motrice
- ➡ Phase de sédation
- ➡ Phase comateuse



ASPECTS FINANCIERS DE L'ALCOOLISME



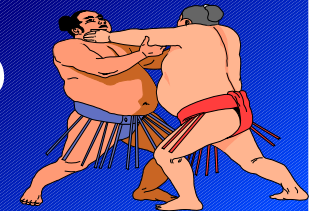
Coût direct : ➔ Frais d'accidents



➔ Frais d'hôpitaux



➔ Frais de justice (délinquance, violence...)



Coût

économique : ➔ Absentéisme ponctuel

➔ Arrêt de travail



➔ Baisse de la production et qualité

Coût social : ➔ Répercussion familiale

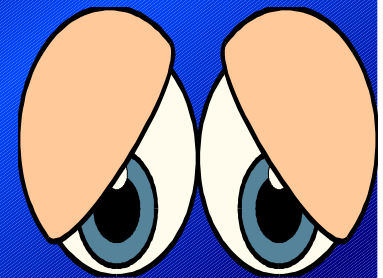
➔ Mauvais traitement à enfant...



Globalement, l'alcool coûte plus qu'il ne rapporte.

Les effets fonctionnels pour 0,80 gr d'alcool / litre de sang

- Mauvaise coordination œil-main et instabilité de la main.
- Récupération plus lente de l'éblouissement.
- Contraction du champ visuel (vision en tunnel).
- Traitement de l'information difficile.
- Difficulté à accomplir des tâches multiples.
- Vitesse de réaction diminuée.



AGIR SUR LES DETERMINANTS ET LES FACTEURS

DETERMINANTS :

- 1) – Psychosocial (centré sur l'individu)
- 2) – Socioculturel (centré sur l'environnement)

FACTEURS :

- 1) Protection
- 2) Vulnérabilité

Protection : Le rappel de la loi, des limites, des devoirs et plus généralement de la citoyenneté permet aux jeunes en particulier, mais aussi à l'ensemble de la population de rendre plus actifs les facteurs de protection. Ceux-ci permettent de répondre de manière adéquate aux propositions faites par l'environnement, non seulement de substances psychoactives, mais de toutes les conduites à risques.

Vulnérabilité : Parallèlement à l'action sur les facteurs de protection, une action doit être menée sur les facteurs de vulnérabilité et de risques.

ADOLESCENCE = FACTEURS DE VULNERABILITE

PRISE D'AUTONOMIE

- ⊕ Remise en cause des valeurs transmises par les parents
- ⊕ Prise de distance avec la famille
- ⊕ Rapprochement avec les amis de même âge.
- ⊕ Construction de leurs propres valeurs à partir de celles des parents et celles de leurs amis.

Cette transition entre le cocon familial et la prise d'autonomie est au centre des explications des consommations de cannabis chez les jeunes.

PRISE DE RISQUE

SE PROUVER QU'ON EXISTE, QU'ON PEUT LE FAIRE

- ⊕ Tester ses limites
- ⊕ Recevoir des sensations fortes
- ⊕ Se confronter à l'autorité, à la loi
- ⊕ Découvrir, expérimenter