

L'alcool et les jeunes

Boires et déboires 2^{ème} partie

N° 4 - NOVEMBRE 2008



Le célèbre vers de Musset "Qu'importe le flacon, pourvu qu'on ait l'ivresse ?"¹ prend aujourd'hui encore plus de sens qu'hier. Venue des pays anglo-saxons, la "mode" des ivresses brutales se répand chez les jeunes français et, de manière plus surprenante, chez les jeunes françaises. Dans la plupart des cas, elles sont le fruit de la curiosité, ou font partie d'un rituel initiatique ; on boit pour "se faire tourner la tête". La grande majorité de ces ivresses restera sans conséquence, mais certaines, faute de connaissances sur les effets de l'alcool consommé à outrance, entraînent des adolescents vers le coma, au risque de mettre leur vie en jeu : l'information sur les risques est alors essentielle.

La prise en compte de ces ivresses aiguës est obligatoire, incontournable : aucune ne doit échapper à une prise en charge médicale, à un bilan systématique chez les adolescents concernés. Personne ne laisserait un jeune consommateur d'autres drogues illicites ou dites "dures" récupérer sans intervenir. Tel Janus, l'alcool a deux visages : sa face festive cache volontiers sa face toxique.

La consommation des adolescents renvoie sempiternellement aux adultes la question de leurs propres rapports à l'alcool, et la façon dont ils peuvent et doivent aborder ce sujet, au plus tôt, avec les jeunes. ■

1 - Alfred de Musset "La Coupe et les Lèvres", 1830

"Les conduites adolescentes sont "le symptôme du groupe social". Porteurs d'espoirs comme de craintes, ils focalisent sur eux, à travers leurs conduites parfois bruyantes, le regard ambivalent d'une société "moderne" en mal de repères signifiants pour soutenir son discours"

Dr Goudard

Vous avez des suggestions de thèmes ou des questions pour ZAP ?
Faites en part au comité rédactionnel sur
dss-sds@cg06.fr

Membres du comité rédactionnel :
Conseil Général, DDASS,
Education Nationale, FCPE,
Gendarmerie nationale,
Jeunesse et Sports, Justice,
Mutualité Française, Police

Rédaction :
CODES 06
Pour toute information :
Dr Corinne Roehrig
04 93 18 80 78

>Sommaire

1 >Edito 2 >Ivresse : signes et risques >Ivresse chez les adolescents : le point de vue et les recommandations des spécialistes 3 >L'alcool : comment en parler avec les jeunes ? >Brèves : orientations gouvernementales, rejet de l'amendement CESAR, red bull 4 >Zoom : vrai/faux sur l'alcool / où trouver de l'aide dans les Alpes-Maritimes ?



Ivresse : signes et risques de "l'overdose d'alcool"

L'**ivresse** correspond à un état d'excitation, d'irritabilité et d'incoordination des mouvements dû à une ingestion massive d'alcool (éthanol) ou d'une autre substance toxique, pouvant entraîner une inconscience prolongée.

L'ivresse alcoolique se définit par trois phases successives :

1. Une phase d'euphorie et d'excitation, caractérisée par une "désinhibition". L'alcool donne le sentiment d'être à l'aise, mais il perturbe les capacités de jugement et de comportement ; on se croit plus fort, plus malin,... Il peut faire prendre des risques inconsidérés en donnant une appréciation erronée de la situation réelle. L'atteinte de la vigilance, de la perception, de la mémoire sont présentes dès ce stade.

2. Une phase d'incoordination, avec l'association de plusieurs types de signes :

- des troubles de la vigilance majeurs allant de la confusion à la somnolence.

- des mouvements désordonnés, une démarche titubante, des paroles hésitantes ou incompréhensibles.

- parfois des vertiges, des nausées, des vomissements, des troubles de la vision (on voit double et trouble)

3. Une phase "léthargique" où il n'est pas rare que la personne s'endorme.

Cet état léthargique peut évoluer en coma, le stade de l'ivresse est alors dépassé et on parle d'intoxication alcoolique.

Le coma est profond, totalement aréactif, avec baisse de la température et du rythme cardiaque, hypotension artérielle. Il peut conduire à la mort sous l'effet de nombreuses complications.

Dans certains cas peuvent survenir des hallucinations, des crises d'épilepsie, des délires.

Il est très difficile de donner une indication des doses d'alcool correspondant à ces divers états, un grand nombre de facteurs intervenant dans ce calcul (âge, sexe, corpulence, métabolisme, facteurs individuels).

Avant l'ivresse, l'alcool est souvent associé à la violence, agie ou subie :

- mortalité sur la route
- coups, rixes
- rapports sexuels forcés ou non protégés



L'ivresse chez les adolescents : le point de vue et les recommandations des spécialistes

La littérature nationale² ou internationale recoupe les observations départementales et montre que l'ivresse aiguë des adolescents devient un motif d'inquiétude récurrent, et devrait peut-être bénéficier de la même prise en charge que les tentatives de suicide³.

Selon la conférence de consensus, l'adolescent était seul lors de sa consommation dans 1/3 des cas, le but de la consommation était initiatique dans 49,2% des cas, récréatif dans 28%, réactionnel pour 24%, habituel pour 8% et suicidaire pour 8%. L'ivresse alcoolique était associée à la consommation de cannabis dans 11% des cas.

Les constats de l'hôpital l'Archet (Dr Haas) et de l'hôpital d'Antibes (Drs Moreigne, Essayie, Goudard) se rejoignent :

► **Quand ?** Souvent dans la journée, parfois le matin avant les cours, ou entre deux cours

► **Comment ?** En avalant en peu de temps une grande quantité d'alcool, recherché pour sa force et non son goût. Dans de rares cas, le cannabis est associé à l'alcool.

► **Où ?** Fréquemment dans la rue, ou un autre espace public.

► **Pourquoi ?** Le plus fréquemment par curiosité, pour la "simple" recherche des sensations de l'ivresse, chez des jeunes mal informés : leur méconnaissance, leur impatience, leur immaturité somatique sont des facilitateurs de l'ivresse brutale. Ils sont soit « entraînés » par le groupe (par un jeune déjà coutumier de l'alcool), soit ils consomment seuls, ce qui est plus inquiétant. Néanmoins la consommation d'alcool, comme celle d'autres toxiques, peut être le signe d'un mal-être et faire office d'auto-médication.

► **A quel âge ?** En moyenne à 14-15 ans ; l'alcoolisation avant cet âge reste exceptionnelle.

► **Quel type de jeunes ?** Pour la plupart sans problème psychologique particulier, ni individuel ni familial, au sein de familles sans lien particulier avec l'alcool. Une nouveauté : presque autant de filles que de garçons.

Conduite à tenir en cas d'ivresse aiguë

- Amener l'enfant aux urgences le plus rapidement possible. Le coma éthylique est potentiellement mortel, appeler les pompiers si besoin.
- Hospitaliser systématiquement. On ne doit banaliser aucune ivresse, même occasionnelle et sans conséquences. Il ne faut laisser passer aucun appel à l'aide, aucun équivalent suicidaire.
- Traiter le problème somatique dans l'urgence
- Pendant l'hospitalisation, faire le point sur le contexte de consommation, en associant la famille à l'analyse du problème et à son suivi.

² - Actualisation de la seconde conférence de consensus « l'ivresse aiguë dans les services d'accueil des urgences ». Sureau et coll.

³ - Place des adolescents dans l'urgence hospitalière, Picherot et coll, Médecine Thérapeutique/Pédiatrie, volume 8, mars-avril 2005

➔ L'alcool : comment en parler avec les jeunes ?

"La responsabilité de la société est engagée au travers des représentations que nous avons de l'alcool, qui fait partie de notre culture. Limiter l'accès des jeunes à l'alcool est indispensable. Imaginer qu'interdire suffit est illusoire ; l'adolescent se construit au travers d'expériences, d'essais, l'alcool peut en faire partie. Plutôt que laisser les jeunes s'enivrer de mauvais alcools mélangés et sucrés, dessinés spécialement pour eux, ne serait-il pas plus sage de les initier à l'usage modéré de produits goûteux ?"

Dr Haas.

Eduquer et prévenir c'est aussi s'engager à parler de soi, de ses émotions, à parler vrai, ne pas masquer la réalité derrière le peu crédible "fais ce que je dis, pas ce que je fais". L'exercice est encore plus délicat quand il s'agit d'alcool, qui prête si souvent à rire ou sourire, et appelle familièrement à l'indulgence.

Les pratiques donnent ici quelques recommandations simples et essentielles :

- ▶ Eviter de fermer les yeux, persuadé que boire de temps en temps ne prête pas à conséquence,
- ▶ Accompagner sans dramatiser une expérience occasionnelle,
- ▶ Assumer son rôle de modèle, et consommer de manière modérée.

On peut aussi, avant la première expérience et... dans toutes les circonstances

Etre clair : pas d'alcool pour les enfants ! Eviter de laisser traîner des verres et ne pas envoyer un enfant ou un adolescent acheter de l'alcool.

Etre pédagogue : participer à son éducation du goût, lui apprendre à déguster.

Dialoguer et fixer des limites : définir ensemble les règles qui concernent la consommation d'alcool et les conséquences du non-respect de ces règles. S'y tenir. Connaître ses amis, leurs centres d'intérêt.

➔ Brèves

Le plan gouvernemental de lutte contre les drogues et les toxicomanies 2008-2011 s'est fixé l'horizon 2011 pour faire reculer les consommations excessives d'alcool en France.

Avec les propositions suivantes :

- ▶ interdire l'offre, dans les lieux publics, et la vente de toute boisson alcoolique aux jeunes de moins de 18 ans,
- ▶ mettre en place un dispositif permanent d'interdiction de consommation d'alcool sur la voie publique aux abords des établissements scolaires - <http://www.drogues.gouv.fr/>

Internet et publicité pour l'alcool - Le Sénat repousse l'amendement César mais le ministère de la santé réfléchit...

Le Sénat rejette l'amendement du sénateur César visant à autoriser sans contrainte la publicité pour l'alcool sur internet et de restreindre la définition de la publicité à l'achat d'espaces, mais la ministre de la santé déclare qu'elle ne s'opposera pas "à un amendement parlementaire qui actualise la loi Evin en autorisant la publicité sur Internet"... Une affaire à suivre ! Flash Email N°40-2008 du 31 octobre 2008, SFSP - http://www.sfsp.fr/flash_email/index.php?cid=48

Lui faire confiance : accepter qu'il (elle) aille à une soirée sous certaines conditions. Parler franchement des risques de l'alcoolisation et de nos craintes, rechercher ensemble des solutions pour qu'il (elle) puisse rentrer en toute sécurité ; mieux vaut prévenir les risques que les ignorer.

Lui apprendre à dire non : en révisant tous les "mythes" liés à l'alcool ; boire n'est pas obligatoire !

Lui dire "je t'aime" : l'affection et les craintes nous guident plus que la morale.

Lui montrer qu'il peut compter sur nous : lui dire qu'il (elle) pourra toujours venir nous parler, même en cas de difficultés.

On peut encore, après la première expérience d'ivresse

Le (la) laisser récupérer.

Lui expliquer ce que nous avons ressenti : parler de nous, dire pourquoi nous nous sommes inquiétés, cela facilitera l'échange.

Rester calme, dialoguer ouvertement : ce qu'il (elle) a bu, combien, avec qui, dans quel état d'esprit (jeu, fête, recherche de sensations fortes, ennui, timidité,...). Aborder les risques qu'il (elle) a pu prendre : conduite d'un véhicule, rencontres, violence...

L'aider à analyser la situation : quelles raisons l'ont poussé à boire, quels avantages et inconvénients il (elle) a notés, quelles alternatives il (elle) pourra trouver la prochaine fois.

Autres ressources :

"Alcool, plus d'infos pour moins d'intox".

INPES 2008. <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1123.pdf>

"Difficile adolescence. Guide pour les parents, enseignants et éducateurs". Phare Enfant Parents. www.phare.org

"L'alcool, comment en parler avec les ados ?".

Institut Suisse de Prévention de l'Alcoolisme.

www.sfa-isp.ch



Le Red Bull potentialise les effets de l'alcool

La commercialisation de la boisson Red Bull, "boisson énergisante" a été autorisée en France le 16 mai dernier, mais les autorités sanitaires françaises estiment que la sécurité du produit n'est pas clairement démontrée :

- la boisson combine plusieurs substances susceptibles de provoquer des troubles neuropsychiques
- il a été noté à l'effort, après consommation du produit, une augmentation du débit cardiaque qui peut être considérée comme un facteur potentiel de risque cardiovasculaire
- la boisson potentialise les effets excitants de l'alcool tout en modérant ses effets dépressifs, d'où une diminution de la perception de l'intoxication alcoolique mais pas de sa réalité, ce qui favorise consommation d'alcool et prise inconsidérée de risque

Avis Afssa n°2006-SA-0236 du 9 nov. 2006. <http://www.afssa.fr>

Il est dorénavant **interdit de vendre et de consommer des boissons énergisantes dans les établissements scolaires.**

Circulaire n°2008-229 du 11-7-2008, BO du 31/07/2008. <http://www.education.gouv.fr/bo/2008/31/default.htm>

➔ Zoom : vrai/faux sur l'alcool



► Il est préférable d'avoir bu dans un bar deux verres de vin plutôt que deux verres de whisky pour reprendre sa voiture

FAUX : Un verre de vin, un demi de bière, un verre de whisky, de vodka, une coupe de champagne servis dans un bar ou au restaurant contiennent la même quantité d'alcool soit 10 g.

► L'alcool rend viril

FAUX : L'alcool ne tient jamais ce qu'il promet. Il donne une fausse sensation de puissance due à la perte de contrôle de soi. Il n'apporte ni force, ni virilité, ni réussite,...

► L'alcool réchauffe

FAUX : La sensation de chaleur après absorption d'alcool est liée à la dilatation des vaisseaux sanguins sous la peau, mais la chaleur ainsi produite s'échappe par les pores de la peau, et on se refroidit.

► Boire de l'alcool dilué dans l'eau diminue le taux d'alcoolémie

FAUX : Rajouter de l'eau ne change pas la quantité d'alcool. La quantité d'alcool absorbée sera la même qu'elle soit consommée avec ou sans eau.

► On est plus vite saoul le ventre vide

VRAI : Les aliments ralentissent le passage de l'alcool dans le sang.

► L'alcool désaltère

FAUX : L'alcool déshydrate en faisant uriner davantage et la soif persiste. Plus on boit d'alcool plus on a soif.

► L'alcool fait grossir

VRAI : L'alcool fournit des calories et favorise le stockage des graisses.

► Le moyen le plus rapide pour "dégriser" est la douche d'eau froide

FAUX : Il n'existe aucune méthode rapide pour dégriser, ni le café, ni la douche d'eau froide, ni l'exercice... Seul le temps est efficace : il faut compter environ 1h30 pour éliminer 1 verre d'alcool.

► On est tous égaux devant l'alcool

FAUX : Plusieurs facteurs individuels interviennent dans l'élimination de l'alcool : taille, poids, sexe, équipement enzymatique,...

➔ Où trouver de l'aide dans les Alpes-Maritimes

ANTIBES

CSST
04 93 33 26 82
CCAA
04 93 34 34 88

CANNES

CCST "La Marie-Jeanne", consultation "PREVAD"
04 93 39 14 45
CCAA "Point EOS"
04 93 68 77 20

GRASSE

CSST La Caravelle
04 93 09 56 83

MENTON

CSST La Villa Rose
04 93 10 13 83

NICE

ANPAA
04 93 62 62 10
CSST Malaussena, consultations Paroles
04 93 80 00 33
CSST Emergence
04 92 47 81 81
Maison des Adolescents
04 93 26 10 92
Carrefour santé jeunes
04 93 89 57 44

ANPAA : Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie
CCAA : Centre de Cure ambulatoire en Alcoologie et Addictologie
CSST : Centre de Soins Spécialisés aux Toxicomanes

CONSULTATIONS ALCOOLOGIE

CENTRE HOSPITALIER
Services psychiatrie, médecine interne et gastro-entérologie
04 92 91 77 77
CCAA
04 93 34 34 88
CSST
04 93 33 26 82

CENTRE HOSPITALIER
Département de psychiatrie
04 93 69 73 35
CCAA "Point EOS"
04 93 68 77 20

CSST La Caravelle
04 93 09 56 83

CCAA Centre Hospitalier La Palmosa
04 93 28 73 41

CCAA, Centre Hospitalier l'Archet 2
04 92 03 62 32
CSST SAMPA
04 93 13 56 33 / 57 66
ANPAA
04 93 62 62 10

[FIL SANTE JEUNES : 32 24] [ECOUTE ALCOOL : 0811 91 30 30] [PHARE ENFANTS PARENTS : 0810 810 987]