



L'alcool est-il une drogue ?

Oui ! L'alcool modifie le comportement (on dit qu'il est psychoactif). On peut en devenir dépendant. C'est un produit nocif (dangereux pour la santé). L'alcool est donc une drogue, une drogue licite (autorisée par la loi) mais contrôlée.

Les hommes supportent-ils mieux l'alcool que les femmes ?

Chacun réagit différemment. Toutefois, à consommation égale, les femmes ont un taux d'alcool dans le sang (alcoolémie) supérieur aux hommes.

L'alcool réchauffe-t-il ?

Non ! La sensation de chaleur provoquée par la dilatation des vaisseaux est trompeuse. Plus l'alcoolémie d'un individu augmente, plus la température globale de son corps diminue.

L'alcool est-il bon pour la santé ?

L'alcool est la deuxième cause de mortalité évitable en France. Il est à l'origine de 45 000 décès par an et provoque de nombreuses maladies.

L'effet bénéfique de l'alcool pour la santé n'est vérifiable qu'à doses minimales, chez des sujets de plus de 50 ans et qui n'ont jamais eu de problèmes avec l'alcool.

Dilué dans du jus d'orange ou du coca, l'alcool est-il moins fort ?

Non ! Mélanger un alcool avec du jus d'orange, de l'eau ou une autre boisson en modifie le goût, mais ne change rien à la quantité d'alcool absorbée.

La bière, est-ce de l'alcool ?

Oui ! La bière est un alcool comme les autres ! Les alcools contiennent tous la même molécule : l'éthanol. La bière, le vin, le cidre, la vodka, le whisky... ce sont tous des alcools.

Boire de la bière ou du whisky, c'est pareil ?

Oui ! Excepté le goût, la bière et le whisky sont des alcools. Tous les alcools n'ont pas la même concentration d'éthanol, c'est pour cela que dans un bar ou dans un restaurant les verres sont de tailles différentes : 25 cl de bière à 5 % = 3 cl de whisky à 40 %. Attention : chez soi ou chez des amis, les quantités servies sont souvent plus importantes.

Quand on boit de l'alcool, peut-on faire des choses que l'on ne voulait pas faire ?

Oui ! L'alcool peut amener à faire des choses que l'on n'aurait pas faites normalement, on dit qu'il désinhibe. L'alcool nous rend moins vigilant, on peut se mettre en danger ou mettre en danger les autres.

L'alcool rend-il moins timide ?

Attention, se sentir moins timide peut conduire à prendre des risques. Dans certaines situations, être réservé c'est normal !

Les adolescents ont-ils le droit de boire de l'alcool ?

Pour protéger la santé des adolescents, la vente d'alcool est interdite au moins de 16 ans dans les débits de boisson et les commerces. Seule la vente d'alcool fermenté de type vin, bière, cidre dont le degré alcoolique est inférieur à 18° est autorisée aux jeunes de 16 à 18 ans. Les boissons alcoolisées de plus de 18° (apéritif, liqueur, spiritueux), qu'elles soient destinées à être consommées sur place ou à emporter, ne peuvent pas être vendues à des moins de 18 ans.

L'alcool peut-il rendre malade ?

Oui ! À court terme, une consommation excessive d'alcool même de façon exceptionnelle peut provoquer des nausées, vomissements, malaises et plus rarement un coma éthylique. Sur le long terme, des consommateurs excessifs d'alcool peuvent développer des maladies.

Est-on capable de savoir quand s'arrêter ?

Pas toujours ! Les effets de l'alcool ne sont pas immédiats et quand ils surviennent, il est parfois difficile de respecter les limites que l'on s'était fixées.

Tous les adultes boivent-ils de l'alcool ?

Non ! Une enquête de 2005 (Baromètre santé) montre que près de 10 % des adultes de 18 à 75 ans ne consomment jamais d'alcool.

Peut-on conduire son scooter, son vélo après avoir bu de l'alcool ?

Ça dépend ! Toutes les personnes conduisant un véhicule (voiture, moto, vélo...) sont soumises au code de la route qui stipule l'interdiction de conduire avec une alcoolémie égale ou supérieure à 0,5 gramme d'alcool par litre de sang (1 ou 2 verres d'alcool selon le poids) sous peine d'amende et/ou d'emprisonnement. Attention, dès le premier verre d'alcool, les risques d'accidents augmentent.

L'alcool aide-t-il à oublier ses problèmes ?

L'alcool peut être déstressant mais il peut aussi être angoissant, on ne peut jamais savoir l'effet qu'il produira. À terme, des alcoolisations répétées peuvent entraîner anxiété et état dépressif.

Qui peut m'aider ?

L'assistante sociale, l'infirmière, le médecin, comme tous les adultes du collège sont à votre disposition.

Vous pouvez aussi appeler :

Drogues Info Service 0 800 23 13 13

7j/7, anonyme et gratuit

Tabac Info Service 0 825 309 310

du lundi au samedi, 8h-20h, 0,15 euro/min

Écoute cannabis 0 811 91 20 20

7j/7, 8h-20h, anonyme, coût d'un appel local depuis un poste fixe

Écoute alcool 0 811 91 30 30

7j/7, 14h-2h, anonyme, coût d'un appel local depuis un poste fixe