

# En France, 7% des décès sont attribuables à l'alcool

Après un siècle de diminution, la consommation stagne et représente encore un lourd fardeau sanitaire.

SOLINE ROY  
@so\_roy

**SANTÉ** Les chiffres sont têtus : n'en déplaie à ses défenseurs, l'alcool tue. 41 000 personnes par an, selon le dernier Bulletin épidémiologique hebdomadaire (BEH) publié ce mardi. Si la consommation d'alcool a énormément baissé en quatre-vingts ans - elle est passée de 65 grammes d'alcool pur\* par adulte et par jour à la fin des années 1930, à 26 grammes en 2013, selon les données de vente -, elle reste désormais stable. Et les Français demeurent parmi les plus gros consommateurs au monde.

L'alcool, en particulier le vin rouge, a longtemps été présenté comme un produit à consommer certes « avec modération », mais bénéfique si pris en petites quantités. Or « les minimes et très sélectifs effets protecteurs de l'alcool sont réduits à néant par ses effets délétères », insiste dans l'éditorial du BEH François Bourdillon, directeur général de Santé publique France. Il cite le Pr Emmanuela Gakidou, épidémiologiste à l'université de Washington et auteur d'une étude sur le fardeau sanitaire mondial de l'alcool publiée en août 2018 dans *The Lancet* : en matière d'alcool, il ne fait plus aucun doute que « moins c'est mieux, rien du tout c'est encore meilleur ».

« le risque global est augmenté », avec 500 décès. Des chiffres qui montrent bien que les repères de consommation (maximum 2 verres par jour avec au moins deux jours par semaine sans consommation) sont à comprendre comme une quantité offrant un risque, non pas nul, mais « acceptable pour un individu qui choisit [...] en connaissance de cause », plaide François Bourdillon.

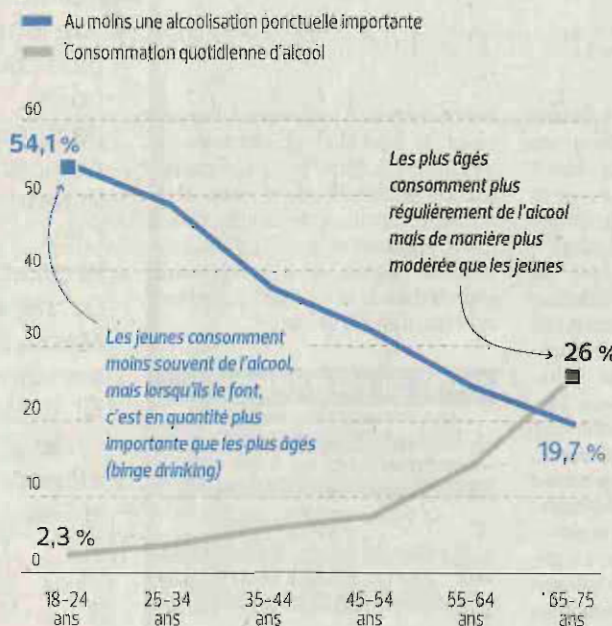
## Des mesures efficaces

Les auteurs précisent cependant que 90% de ces décès sont liés à une consommation de plus de 5 verres par jour. Le BEH nous apprend par ailleurs que 10% des buveurs sont à l'origine de 58% de la consommation d'alcool. « Ces gros consommateurs sont ceux qui font la richesse des alcooliers, et qui subissent l'essentiel des dommages », rappelle le Pr Michel Reynaud, psychiatre et addictologue, président du Fonds actions addictions. « On connaît les mesures efficaces : d'abord, il faut augmenter le prix minimum de l'alcool, ce qui retarde la consommation des jeunes et diminue celle des gros buveurs. » Entre autres urgences, insiste l'addictologue, il faut « dénormaliser l'ivresse. Derrière le mythe du bon vivant, se cache le gros buveur excessif et dépendant ».

\* Quelle que soit la boisson alcoolisée, un verre (25 cl de bière à 5°, 10 cl de vin à 12°,

## Alcool : des pratiques différentes selon l'âge...

CONSOMMATION D'ALCOOL SELON L'ÂGE EN FRANCE MÉTROPOLITAINE, en 2017, en % de la tranche d'âge, au cours des 12 derniers mois



Source : Santé publique France BEH 5-6/19 février 2019

Infographie LE FIGARO

## « Je pensais être la seule femme à avoir un problème d'alcoolisme »

CÉCILE THIBERT  
@CecileThibert

« AVANT de franchir la porte des Alcooliques anonymes, j'avais de nombreux préjugés. J'imaginai que ces réunions n'attiraient que des hommes d'un certain âge, limite clodos. Et surtout, je pensais être la seule femme à avoir un problème avec l'alcool. En réalité, j'ai découvert que nous étions nombreuses », témoigne Alexandra\* qui fêtera sa deuxième année d'abstinence en mai prochain. Un « miracle » pour cette cadre de 40 ans que l'alcool n'avait pas quitté depuis le décès de son père, il y a près de douze ans.

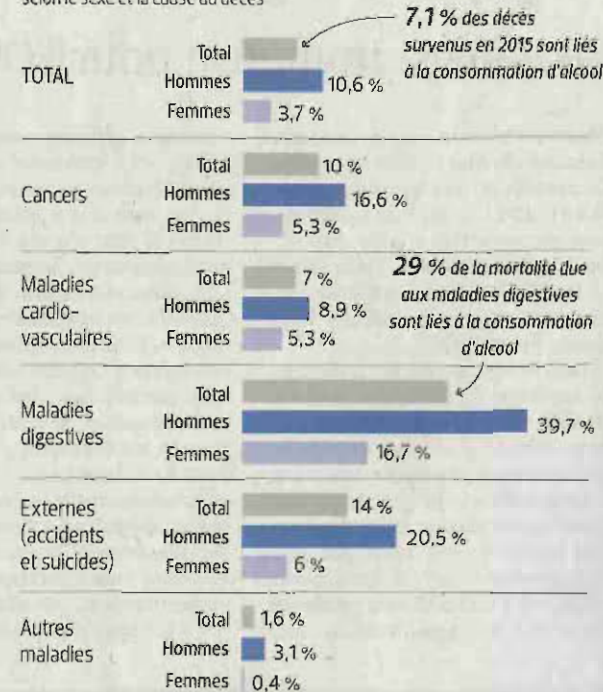
Bien que moins visible, l'alcoolisme féminin est un phénomène bien présent. Selon la dernière enquête de l'agence sa-

boivent entre une à six fois par semaine, contre 37% des hommes. C'est quatre points de plus qu'en 2014. « Actuellement, environ un tiers de mes patients sont des femmes », estime le Dr Éric Hispard, médecin addictologue à l'hôpital Fernand-Widal (Paris). De la même manière, 36% des membres des Alcooliques anonymes sont des femmes. Avec la mutation des rôles sociaux, la consommation d'alcool a profondément changé ces dernières décennies. « Des études internationales ont montré que la réduction des inégalités entre les sexes s'accompagne d'une convergence des comportements de consommation », pointait l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT) dans un rapport de 2017.

Une tendance que constate au quotidien le Dr Fatma Bouvet de la Maisonneuve,

## ... et sources de bien des maux

% DES DÉCÈS DUS À L'ALCOOL EN 2015 (ADULTES DE PLUS DE 15 ANS) selon le sexe et la cause du décès



le poids de la culpabilité. Il faut aussi les assurer qu'il n'y aura aucun jugement moral. » « Il faut banaliser la question du mésusage de l'alcool dans les consultations médicales, ajoute le Dr Éric Hispard. Il faut que les personnes qui s'interrogent sur leur consommation puissent en parler librement le plus tôt possible. »

Pour Alexandra, l'envie de s'en sortir est venue sans crier gare. « La veille, j'avais bu, comme tous les soirs. Et comme tous les jours, je me sentais mal, je n'arrivais pas à aller au travail. C'était la fois de trop : j'en avais marre d'en avoir marre », raconte-t-elle. Avec une amie, elle se rend à une séance des Alcooliques anonymes. « Pour la première fois je pouvais dire de quoi je souffrais et les gens savaient parfaitement de quoi je parlais. Ils m'ont dit : "tu n'es pas seule, il y a une solution et

## Un impact « considérable »

Les épidémiologistes Christophe Bonaldi et Catherine Hill se sont donc attelés dans ce BEH à comptabiliser le nombre de morts attribuables à l'alcool chaque année en France. En combinant les fractions de risques pour diverses maladies, aux prévalences de consommation, ils ont estimé que 30 000 hommes et 11 000 femmes étaient morts à cause de l'alcool en 2015; dont 16 000 décès par cancers, 9 900 par maladies cardiovasculaires, 6 800 par maladies digestives, 3 000 par d'autres maladies (diabète, maladie mentale, épilepsie, etc.) et 5 400 par accident ou suicide.

« Soit, respectivement, 11 et 4 % de la mortalité » des hommes et des femmes, écrivent les auteurs, avec une moyenne globale de 7%. L'alcool a donc un impact sanitaire « considérable ». Et « même à la dose relativement modérée de moins de 18 grammes d'alcool pur consommé par jour » (moins de 2 verres), certains risques sont réduits mais

2,5 cl de whisky à 40... ) contient environ 10 grammes d'alcool pur.

nitaire Santé publique France publiée ce mardi, 23 % des femmes de 18 à 75 ans



Selon une enquête de Santé publique France publiée ce mardi, 23 % des femmes de 18 à 75 ans boivent entre une et six fois par semaine, contre 37 % des hommes. C'est quatre points de plus qu'en 2014. OLEG/STOCK.ADOBE.COM

## Les mineurs n'ont aucune difficulté à se fournir dans les bars ou les commerces

LA LOI sur la vente d'alcool aux mineurs semble aussi limpide... que peu respectée. « Il est interdit de vendre de l'alcool à des mineurs de moins de 18 ans », clame le code de la Santé publique, vertueusement affiché dans les bars et commerces. « Acheter de l'alcool? Rien de plus facile! », rétorquent les jeunes, rigolards. « Au pire, on se planque sous une casquette, ou on demande à un adulte qui a l'air sympa. » Le plus souvent, il n'est même pas besoin de se cacher: « Il y a quelque temps, j'ai vu au supermarché deux jeunes filles acheter de la vodka, se souvient le Pr Mickael Naassila, chercheur Inserm/Université d'Amiens et président de la société française d'alcoolologie. La caisse automatique bloquait. Un vigile est venu débloquent la machine, et les a laissées repartir avec leur bouteille sans se poser la question de leur âge! »

Le Bulletin épidémiologique hebdomadaire publié ce mardi montre ainsi, auprès de près de 12 500 jeunes âgés de 17 ans, que ceux ayant consommé de l'alcool dans le mois précédent

n'avaient eu aucune difficulté à s'en procurer: 91 % en avaient acheté en magasin et 77,5 % dans un débit de boisson; plus de la moitié (53 %) n'avait jamais eu à présenter de carte d'identité... Dans une étude Ipsos pour la Fondation pour l'innovation politique, la Fondation Gabriel Péri et le Fonds Actions Addictions, en juin 2018, 63 % des 14-16 ans disaient qu'il était facile d'acheter de l'alcool; et leurs parents n'étaient visiblement pas dupes, puisque 77 % avaient la même opinion...

« Refuser une vente, c'est compliqué », admet le Pr Naassila. « Il faut donc arrê-

ter de croire que les alcooliers vont faire de l'autorégulation! » « Tout est fait pour que les jeunes consomment de l'alcool, accuse le Pr Michel Reynaud, psychiatre et addictologue. Non seulement on ne leur interdit pas, mais on les y incite via les influenceurs, les réseaux sociaux... » Cessons aussi, fulmine Mickael Naassila, « de prétendre éduquer les jeunes au goût de l'alcool ». L'éducation à une consommation responsable est en effet l'un des arguments des alcooliers. Or, de nombreuses publications montrent que goûter de l'alcool tôt est en fait un facteur prédictif de consommation problématique.

Autres leviers: le prix, et le fait de proposer des alternatives. Le Pr Naassila a ainsi piloté une étude, auprès d'étudiants français et américains, publiée début février dans *Alcoholism, clinical and experimental research*. « À partir de 7 euros le verre, la consommation d'alcool chute. Et les Français basculent plus facilement vers des boissons non alcoolisées, lorsqu'elles sont proposées. » ■

**85,7 %**  
des 17 ans  
déclarent avoir déjà bu de l'alcool  
au cours de leur vie. (Source: BEH)

« ça va aller ». Aujourd'hui, Alexandra va mieux mais elle a conscience de sa fragilité: « L'alcool est totalement banalisé, que ce soit au travail ou dans la rue. Je dois être constamment vigilante car même si je suis abstinente, je suis toujours alcoolique. Et je peux retomber à tout moment. » « Il n'y a pas de traitement définitif. On peut se débarrasser de son addiction mais l'alcoolisme reste une maladie chronique émaillée de rechutes, confirme le Dr Bouvet de la Maisonneuve. Ça ne doit pas être dramatisé. On tombe, et on se relève. » ■

### « Alcoolique était une insulte »

Encore aujourd'hui, les collègues d'Alexandra ne savent rien de son alcoolodépendance. « J'ai toujours bu seule après le boulot. Au début, c'était une bouteille de vin un soir sur trois, puis un soir sur deux, jusqu'à ce que cela devienne quotidien, raconte-t-elle. J'avais une tête confite dans l'alcool, c'était dur de ne pas le voir. Mais j'utilisais toutes sortes d'artifices pour le cacher: du maquillage et plein de chewing-gums! » Après des années de déni, Alexandra a fini par se rendre à l'évidence. « À la suite de mon divorce, je suis allée voir une psychologue qui a repéré mon alcoolisme. Ça m'a fait du mal de l'entendre. Pour moi, le mot alcoolique était une insulte ». Pourtant, bien avant sa première réunion aux Alcooliques anonymes, Alexandra avait lancé des appels à l'aide. « J'en avais parlé à des amis qui n'ont pas voulu voir le problème. Ils m'ont dit de ne pas m'inquiéter parce que je ne buvais pas le matin et que je n'avais pas de tremblements », se souvient-elle avec amertume.

Or l'alcoolisme - non pas défini par un niveau de consommation, mais comme l'impossibilité de s'abstenir de boire malgré les dommages subis - n'attend pas l'apparition des symptômes les plus sévères pour s'installer. « Parmi les premiers stigmates, on peut citer un visage bouffi, cerné, une prise de poids, une odeur âcre de la transpiration, des cheveux et des ongles cassants. Les personnes deviennent caractérielles, très irritables », énumère le Dr Bouvet de la Maisonneuve, auteure de l'ouvrage *Les Femmes face à l'alcool* (Éd. Odile Jacob).

Outré la méconnaissance de la maladie, le tabou qui l'entoure s'érige, lui aussi, comme un obstacle à la prise en charge. « Bien souvent, la honte les pétrifie jusqu'à les empêcher de venir consulter. Elles sont convaincues qu'elles ont une tare ou un vice, constate la psychiatre addictologue. La première chose à faire est de dire qu'il s'agit d'une maladie, cela réduit

« ça va aller ». Aujourd'hui, Alexandra va mieux mais elle a conscience de sa fragilité: « L'alcool est totalement banalisé, que ce soit au travail ou dans la rue. Je dois être constamment vigilante car même si je suis abstinente, je suis toujours alcoolique. Et je peux retomber à tout moment. » « Il n'y a pas de traitement définitif. On peut se débarrasser de son addiction mais l'alcoolisme reste une maladie chronique émaillée de rechutes, confirme le Dr Bouvet de la Maisonneuve. Ça ne doit pas être dramatisé. On tombe, et on se relève. » ■

## La cible des alcooliers se féminise

La femme est-elle l'avenir du secteur de l'alcool? Alors que les Français consomment de moins en moins d'alcool (26 litres en 1961 contre 11,7 litres en 2017, selon Santé publique France) - et les femmes encore moins que les hommes -, les marques misent de plus en plus sur la clientèle féminine. Une stratégie qui rappelle celle déjà employée par les cigarettiers. « Lorsque l'industrie du tabac s'est aperçue que les femmes fumaient moins que les hommes, elle a décidé de les cibler davantage, souligne Karine Gallopel-Morvan, chercheuse en marketing social à l'EHESP.

« Avec plusieurs décennies de retard, l'industrie de l'alcool suit la même voie. » Empruntant allègrement les codes de la mode et des cosmétiques, les alcooliers développent des produits ciblant les femmes: bouteilles en forme de diamant, vins rosé goût pamplemousse, étiquettes roses, bières 0 % pour les femmes enceintes... L'objectif? « Légitimer l'alcoolisation des femmes tout en la rendant attrayante », analysait l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies en 2017. « Nous n'avons rien fait pour lutter contre le tabagisme chez les femmes et nous nous retrouvons aujourd'hui avec un nombre effrayant de cancers du poulmon. Nous sommes en train de reproduire la même chose avec l'alcool », déplore le Dr Fatma Bouvet de la Maisonneuve, psychiatre addictologue. C. T.