



Dossier de presse

« Lancement d'une campagne de sensibilisation sur la consommation d'alcool en Haute-Loire »

21 janvier 2010

Contact presse

Marie-Line BERTUIT
Dr Antoine GERARD

SOMMAIRE

I – POURQUOI CETTE CAMPAGNE AUJOURD’HUI ?

- 1 – Un contexte favorable pour le RPIB Alcool
- 2 – Profil des consommateurs d’alcool
- 3 – Situation en Auvergne

II – DISPOSITIF MIS EN PLACE PAR RESAAD 43

- 1 – Implication de RESAAD 43
- 2 – Formation aux médecins généralistes et médecins du travail
- 3 – Campagne d’affichage et livrets d’information
- 4 – Plateforme Internet

III – CONSOMMATION D’ALCOOL

- 1 – Repères
- 2 – Chiffres-clés
- 3 – Fiches pratiques (extraites du site internet) :
 - Comment calculer son taux d’alcoolémie ?
 - Comment s’élimine l’alcool ?

IV – ANNEXES

- 1 – Présentation de RESAAD 43
- 2 – Affiches de la campagne

I – POURQUOI CETTE CAMPAGNE AUJOURD’HUI ?

1 – Un contexte favorable pour le RPIB Alcool

Depuis fin 2006, le Ministère chargé de la Santé développe une stratégie de diffusion à échelle nationale du Repérage Précoce et de l’Intervention Brève (RPIB) en matière d’alcool auprès des médecins généralistes conformément à la circulaire de la Direction Générale de la Santé n° DGS/SD6B/2006/449 du 12 octobre 2006.

Le RPIB est reconnu actuellement comme l’une des dix meilleures pratiques dans la lutte contre les problèmes de santé publique liés à l’usage de l’alcool.

Six régions en France ont pu développer cet outil avant 2008 à titre expérimental (cf. rapport 2009 de l’OFDT sur l’évaluation de la stratégie nationale de diffusion du RPIB auprès des médecins généralistes sur la période 2007-2008), l’Auvergne a obtenu des financements pour développer cette action à partir de juin 2009 par l’intermédiaire du RESAAD 43 en Haute-Loire.

Dans le cadre de cette directive ministérielle et du projet de loi HPST (Hôpital-Patients-Santé-Territoire) interdisant toute vente d’alcool aux mineurs et limitant la vente d’alcool dans les stations-services, le Réseau Addictologie Haute-Loire, RESAAD 43, lance une campagne de sensibilisation sur toute l’année 2010, destinée à inciter les altiligériens à parler de leur consommation d’alcool avec leur médecin généraliste. Dans le même temps, RESAAD 43 propose aux professionnels de santé du département une formation et des supports :

- **Pour les aider dans le repérage des patients non dépendants de l’alcool mais avec une consommation à risque pour leur santé,**
- **Pour réaliser des interventions brèves auprès des patients repérés comme « à risque » dans leur consommation d’alcool.**

L’alcool ne touche pas forcément les personnes que l’on croit. En France, 5 millions de personnes sont des consommateurs à risque (non dépendants) qu’il est nécessaire de détecter avant que leur consommation ne bascule. Cette campagne vise donc à attirer l’attention des altiligériens sur le risque qu’ils encourent, sans le savoir, avec une consommation d’alcool « banale ». Une consommation « socialement acceptée » et anodine n’est pas sans risques. Le rôle du médecin généraliste est aussi d’aider son patient à évaluer les risques de sa consommation et banaliser le « parler alcool ».

En Auvergne, 1 homme sur 3 et 1 femme sur 10 sont des consommateurs à risque. Ce nombre est 3 fois plus élevé que le nombre de consommateurs dépendants, il est donc important de sensibiliser et informer cette population sur les risques encourus afin de prévenir une consommation qui pourrait s’avérer dommageable, à savoir provoquer de l’hypertension artérielle, de la fatigue, une prise de poids, de l’anxiété, une dépression, des troubles du sommeil, des troubles sexuels, des troubles digestifs, du diabète...

2 – Profil des Consommateurs d’Alcool

Le Consommateur à risque

Il s’agit d’une personne qui se met en danger avec une consommation un peu supérieure aux seuils de faible risque sans être dépendant. Il n’a pas de tremblements, il s’arrête de boire quand il veut, il est totalement rassuré par rapport à sa consommation car il a

l'impression de la maîtriser complètement. Ce qui est le cas.... mais il se met en danger et peut rapidement devenir un consommateur à problème. De nombreuses études ont montré que leur niveau de consommation d'alcool diminue l'espérance de vie sans que l'individu soit affecté.

Les risques encourus sont, entre autres :

- Hypertension artérielle,
- Fatigue, prise de poids, anxiété, dépression,
- Troubles du sommeil,
- Troubles sexuels,
- Troubles digestifs (gastrites chroniques...),
- Diabète.

Le Consommateur Dépendant

Un consommateur dépendant est une personne qui a perdu la maîtrise de sa consommation, par exemple :

- Boire de l'alcool pour se sentir bien,
- Boire dès le matin,
- S'enivrer à chaque occasion sans pouvoir s'arrêter, même si l'occasion ne se présente qu'une fois par mois,
- Etc...

La notion de dépendance n'induit pas une notion de quantité et de régularité.

De nombreux risques sont encourus :

- L'alcool provoque ou favorise de nombreuses pathologies : cancers, affections digestives, pathologies cardio-vasculaires, troubles mentaux...
- Environ 10 % des accidents de la route sont liés à l'alcoolisation,
- L'alcool est responsable de 10 à 20 % des accidents de travail et de 3 à 20 % des accidents de la vie courante,
- L'alcool favorise de 5 à 25 % des suicides.

En France, les consommateurs « dépendants » sont trois fois moins nombreux que les consommateurs « à risque », qui sont les patients au centre de cette campagne.

3 – Situation en Auvergne

Source : Diagnostic préalable à l'élaboration du schéma régional médico-social d'addictologie Auvergne (Observatoire régional de la santé d'Auvergne : OBRESA), décembre 2008.

L'Auvergne, c'est....

- Interpellation pour ivresse sur la voie publique : en 2006, la région se situe au 16^e rang des régions françaises concernant la part d'interpellations pour ivresse sur la voie publique.
- Dépistage d'alcoolémie positif : en 2003, ce sont 354 485 dépistages qui ont été réalisés en Auvergne. Parmi ceux-ci, 8 713 –soit 2,5 %- étaient positifs. Cette part est équivalente à celle enregistrée en France métropolitaine la même année.

- Permis suspendus suite à une alcoolémie excessive : 3 199 permis ont été retenus ou suspendus en Auvergne en 2003 suite à une alcoolémie excessive. Ce chiffre a augmenté en Auvergne tout comme en France métropolitaine.
- Circonscription judiciaire de Riom : condamnation en matière d'alcoolémie routière : entre 2003 et 2005, les condamnations pour conduite en état alcoolique ont diminué légèrement concernant celles prononcées par les tribunaux correctionnels (-4 %) et plus fortement concernant celles prononcées en cour d'appel (-32 %). En 2005, ce sont 2 869 condamnations pour cette cause qui ont été prononcées par les tribunaux correctionnels ou la cour d'appel de la région. Les condamnations en matière d'alcool touchent majoritairement les hommes. De plus, quelles que soit l'année et l'instance, les personnes majeures condamnées sont majoritairement âgées de 40 à 59 ans.
- Accidentologie : en 2006, en Auvergne, 13 % des accidents corporels sont des accidents avec alcool. La région se situe au 13^e rang des régions françaises. Tous les départements ont enregistré une baisse en 2005 mais une augmentation en 2006.
- Mortalité prématurée liée à l'alcool : Sont considérés comme liés à l'alcool les décès :
 - . Par tumeurs malignes de la cavité buccale et du pharynx, de l'œsophage, du larynx,
 - . Par psychoses alcooliques et alcoolisme,
 - . Par cirrhoses alcooliques.
 - . Le taux de mortalité en Auvergne est équivalent à celui de la France métropolitaine mais enregistre tout de même 1 624 décès liés à la consommation d'alcool entre 2003 et 2005 (soit une moyenne de 34,5 décès pour 100 000 personnes) dont 871 décès avant l'âge de 65 ans.

II – DISPOSITIF MIS EN PLACE PAR RESAAD 43

1 – Implication de RESAAD 43 (REseau de SAnté ADdictions de Haute-Loire)

La prévention faisant partie des orientations de la politique de santé publique fixées par le gouvernement, le RESAAD 43 propose en 2010 - dans le cadre de ses missions de conseil, prévention, formation - une campagne de sensibilisation de l'ensemble des médecins généralistes et médecins du travail du département. Cette campagne permettra d'aider les médecins généralistes et les médecins du travail à repérer les patients « à risque » et de leur fournir des conseils personnalisés et des outils afin de prévenir une consommation qui pourrait s'avérer dommageable.

Cette campagne s'inscrit donc pour le RESAAD 43 comme l'action-phare de 2010 puisque le Réseau a mis en place une stratégie de communication et d'information qui va commencer par former des médecins généralistes et des médecins du travail et assurera tout au long de l'année un suivi, des conseils et fera des réunions entre professionnels ainsi qu'un bilan après une année de ce fonctionnement.

2 – Formation aux Médecins Généralistes et Médecins du Travail

Une journée de formation se déroulera le Samedi 23 janvier pour les médecins généralistes exerçant en activité libérale afin de leur expliquer les objectifs de la campagne et leur fournir les divers outils (questionnaires, documentation, affiches) afin qu'ils puissent aborder la question de l'alcool avec leurs patients et ainsi effectuer le repérage de la population « à risque » et la réalisation d'une intervention brève dans les meilleures conditions possibles.

Cette journée de formation se déroulera de 8 h 30 à 14 h au Brivas à Vals-près-le-Puy et sera animée par :

- le Docteur Philippe CASTERA, médecin généraliste et coordonnateur du Réseau Addiction Gironde (AGIR 33)
- le Docteur Antoine GERARD, médecin addictologue, coordonnateur du RESAAD 43.

Une autre session se déroulera le mardi 9 février pour les médecins du travail selon les mêmes modalités.

3 – Campagne d’Affichage et Livrets d’Information

Deux affiches différentes ont été réalisées spécifiquement pour cette campagne :

- L'une destinée à être affichée dans les salles d'attente des médecins généralistes formés et qui sont donc susceptibles d'interroger leurs patients brièvement dans le but d'un repérage et d'une sensibilisation. Elle indique clairement que le médecin participe à ce programme sur les consommations d'alcool et s'intitule « L'essentiel c'est d'en parler ».
- L'autre est destinée à tous les médecins généralistes, les médecins du travail et toutes les pharmacies de Haute-Loire dans le but d'interpeller le patient sur sa consommation d'alcool afin qu'il puisse aborder lui-même ce sujet avec son médecin ou un autre professionnel de santé.

Au-delà de ces affiches, un livret « Alcool, pour faire le point » sera également à disposition dans les salles d'attente des médecins généralistes de Haute-Loire permettant ainsi aux patients d'évaluer leur consommation.

4 – Plateforme Internet

Sur le site du RESAAD 43 : www.resaad43.org un onglet a été créé afin de donner un accès privilégié et dédié aux professionnels de santé, leur permettant d'accéder directement à des documents et outils pratiques. Des questionnaires de repérage pour évaluer le risque alcool des patients sont également à leur disposition ainsi que la liste des lieux ressources dans leur département.

La population peut également accéder à une partie de ces informations sur le site, plus spécifiquement en ce qui concerne la consommation, l'élimination de l'alcool et les structures d'aide.

III – CONSOMMATION D’ALCOOL

1 – Repères



- Equivalence entre les boissons alcoolisées : aux doses usuelles servies dans les cafés, chaque verre de boisson alcoolisée contient environ 10 grammes d'alcool pur par verre. C'est le verre standard ou unité d'alcool.
- Taux d'alcoolémie légal au volant : on est en infraction si l'on conduit avec un taux d'alcoolémie égal ou supérieur à 0,5 mg d'alcool par litre de sang ce qui correspond à 0,25 mg par litre d'air expiré quand on utilise un éthylotest. Plus grave, conduire avec plus de 0,8 mg d'alcool par litre de sang est un délit, passible d'un jugement devant le tribunal.
- Nombre de verres et taux légal : en moyenne, le taux légal d'alcoolémie est pratiquement atteint chez la plupart d'entre nous après l'ingestion de deux verres de boissons alcoolisées contenant 10 grammes d'alcool. Ces données sont variables selon le sujet. Il faut donc utiliser un éthylotest avant de prendre le volant.
- Les seuils de consommation à moindre risque : ces seuils ont été définis par des experts de l'OMS en 1980. Ces seuils « à moindre risque » pour la santé correspondent à une consommation quotidienne de 3 verres par jour au maximum pour les hommes, de 2 verres par jour au maximum pour les femmes, pas plus de 4 verres pris en une occasion, au moins un jour sans alcool par semaine.

2 – Consommation

Même si la consommation d'alcool en France est en baisse depuis plus de 30 ans (30 % depuis 1970), c'est la substance psychoactive la plus consommée en France : 2 à 3 millions de personnes dépendantes. La France est le 4^e plus gros consommateur d'alcool en Europe et le 6^e dans le monde avec une moyenne de 53,9 litres de vin consommés par an et par habitant.

Synonyme de convivialité, l'alcool est pour certains devenu une habitude alimentaire. Pour d'autres, il est souvent utilisé comme anxiolytique et antidépresseur alors que

l'alcoolisme est la seconde cause de mortalité en France avec 45 000 décès par an. Mais selon les régions et les tranches d'âge, les disparités sont conséquentes. Il est à noter à ce sujet que l'Auvergne est l'une des régions où les ivresses alcooliques sont plutôt fréquentes, la région se classant au 3^e rang des régions françaises après la Bretagne et l'Aquitaine pour les ivresses régulières chez les jeunes.

Usages d'alcool et ivresses à 17 ans (en %)

INDICATEURS (%)	REGION AUVERGNE					METROPOLE		
	Garçons 2008	Filles ¹ 2008	Global ¹ 2008	Global 2005	Evol ¹ 05-08	Global 2008	Global 2005	Evol ¹ 05-08
Usage régulier d'alcool (>=10 fois dans mois)	12	6*	9	14	↘	8,9	12,0	↘
Episodes répétés d'usage d'alcool ponctuel sévère (>= 3 fois dans mois)	31	15*	23*	24	→	19,7	17,9	↗
Ivresse répétée (>= 3 fois dans année)	41	25*	34*	32	→	25,6	26,0	→

Source : ESCAPAD 2008, OFDT 2009

1 : * indique une différence significative entre les niveaux d'usage des filles et des garçons et entre ceux observés dans le reste de la Métropole et dans la région. Les flèches indiquent les variations entre 2005 et 2008 dans la région et en métropole.

3 – Fiches Pratiques (extraites du site internet) :

Comment calculer son taux d'alcoolémie ?

(Formule de Widmark)

Ce tableau vous donnera quelques points de repère pour évaluer votre taux d'alcoolémie en fonction de votre sexe, de votre poids et du nombre de verres bus (verre standard: cf. document sur les équivalences) au cours d'un repas (taux indicatifs valables à l'issue du repas).

Conso. Poids	Femmes					Hommes				
	1 verre	2 verres	3 verres	4 verres	5 verres	1 verre	2 verres	3 verres	4 verres	5 verres
45 kg	0,37	0,74	1,11	1,48	1,85					
50 kg	0,33	0,66	1,00	1,33	1,66	0,28	0,57	0,86	1,14	1,43
55 kg	0,30	0,60	0,90	1,21	1,51	0,26	0,52	0,78	1,04	1,30
60 kg	0,27	0,55	0,83	1,11	1,38	0,24	0,47	0,71	0,95	1,19
65 kg	0,25	0,51	0,77	1,02	1,28	0,22	0,44	0,66	0,88	1,10
70 kg	0,23	0,47	0,71	0,95	1,19	0,20	0,41	0,61	0,81	1,02
75 kg	0,22	0,44	0,66	0,88	1,11	0,19	0,38	0,57	0,76	0,95
80 kg	0,20	0,41	0,62	0,83	1,04	0,18	0,36	0,53	0,71	0,89
85 kg	0,19	0,39	0,58	0,78	0,98	0,17	0,33	0,50	0,67	0,84
90 kg	0,18	0,37	0,55	0,74	0,92	0,16	0,31	0,47	0,63	0,79
95 kg						0,15	0,30	0,45	0,60	0,75
100 kg						0,14	0,28	0,43	0,57	0,71

■ Consommation inférieure à 0.5g

■ Consommation à risque

■ Consommation dangereuse

Pour personnaliser votre calcul, voici la formule adaptable à toutes personnes pour toute quantité d'alcool.

=> Un coefficient de diffusion **0,7 pour les hommes** et **0,6 pour les femmes** est utilisé dans chaque calcul.

Alcoolémie = Alcool pur ingéré (en gramme)/ Poids du corps x coefficient de diffusion

Exemple : un homme de 75 kg qui absorbe 8 verres de vin présente une alcoolémie de 1.52g/l
: Soit : $80 \text{ g} / (75 \times 0.7) = 1.52 \text{ g/l}$

A consommation égale une femme de 55 kg aura une alcoolémie de 2,42 g/l.

Les résultats obtenus sont susceptibles de légères variations en fonction de la prise simultanée de médicaments, de l'âge, de l'état de santé.

Comment s'élimine l'alcool ?

Il n'existe aucun procédé pour éliminer l'alcool (eau, café, bonbon bleu, glucose, huile de foie de morue, jogging, lait, etc...). Après absorption, l'alcool passe dans le sang d'où il sera éliminé naturellement et progressivement par :

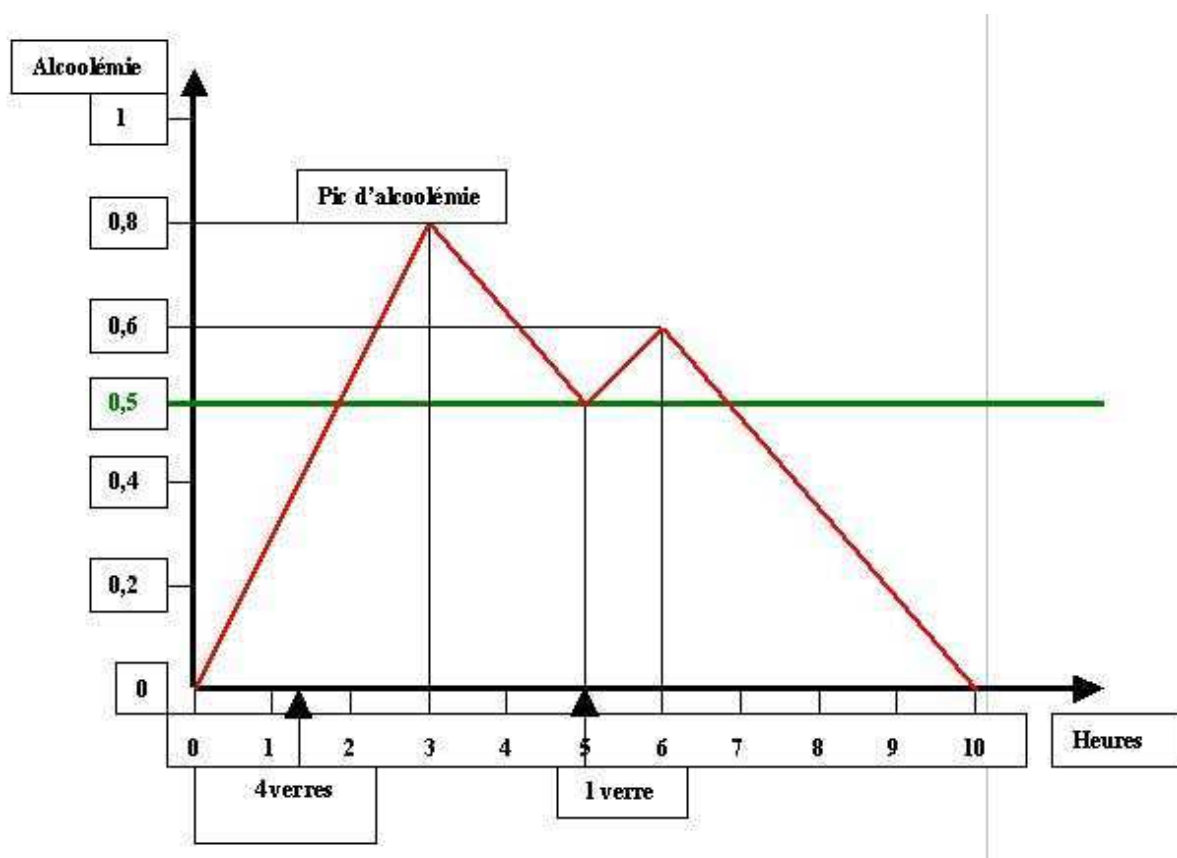
- Le foie (95%), par le biais d'un processus d'oxydation,
- Les poumons (une petite quantité), ce qui permet aux forces de l'ordre d'effectuer les contrôles avec l'alcotest (ballon) ou l'éthylotest électrique,
- Les reins (5%)

... seul le temps y contribue.

Un individu en bonne santé élimine en moyenne 0,10g d'alcool par heure pour une femme et 0,15g d'alcool par heure pour un homme. En effet, le corps de la femme contient moins de liquide que celui de l'homme. « 90 secondes pour boire un verre, 90 minutes pour l'éliminer! »

Ainsi, si votre évaluation révèle un taux d'alcoolémie de 0,7g (soit un homme de 75kg ayant consommé 4 verres d'alcool OU une femme de 65kg ayant consommée 3 verres d'alcool), il vous faudra attendre entre une 1 h30 (pour l'homme) et 2h (pour la femme) avant de redescendre à un taux de 0,5g. Et pour éliminer totalement toute trace d'alcool dans votre organisme, il faudra attendre 5 à 7 heures.

Exemple de courbe d'alcoolémie



Descriptif de la courbe d'alcoolémie:

Oh à 2h (consommation de 4 verres d'alcool pour un homme et 3 pour une femme):

- Repas normal entre 1 h et 2h
- Pic d'alcoolémie 1 heure après le dernier verre, soit à 3h
- Elimination de 0,8 à 0,5g/l de 3h à 5h (0,15/heure)
- A 5h, consommation d'1 verre d'alcool
- A 6h, alcoolémie de 0,6 g/l, soit 1 h après
- Durée d'élimination totale: 4 heures (de 6h à 10h)

IV – ANNEXES

1 – Présentation de RESAAD 43

Notre mission, vous aider à :

- Identifier**
 les difficultés de consommations de vos patients
- Repérer**
 les usages à risque, nocifs avant la dépendance
- Conseiller**
 une démarche de soin adaptée à l'état du patient
- Sensibiliser**
 à la prise en charge pluridisciplinaire
- Connaître**
 les structures de prise en charge du département
- Orienter**
 les patients auprès des professionnels
 ou des structures les plus adaptées
- Améliorer**
 vos connaissances théoriques
 mais aussi vos savoirs-faire et savoirs-être
- Favoriser**
 les relations inter structures et
 interprofessionnelles



Pour tous renseignements,
vous pouvez nous joindre
du lundi au vendredi
de 9h à 12h
et
de 13 h 30 à 17h 30

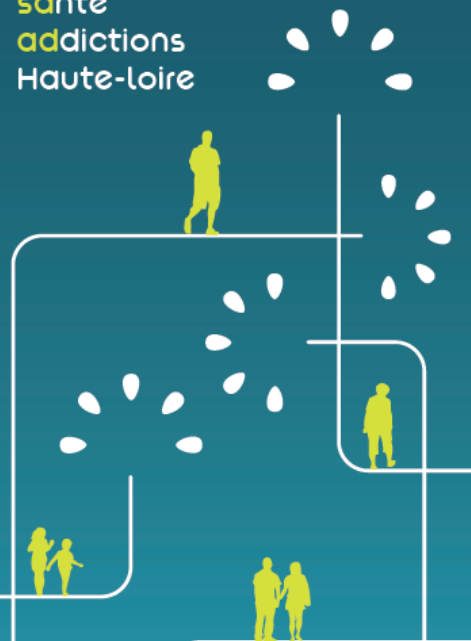
REseau de SAnté ADdictions
Haute - Loire

Centre Hospitalier Émile Roux
12 Bd Dr Chantemesse
43012 Le Puy en Velay
Tél. 04 71 04 38 34

secretariat.resaad43@ch-lepuy.fr
www.resaad43.org



réseau de
santé
addictions
Haute-loire



IRIS Interactive

www.resaad43.org

Nos principes

Vous êtes confrontés dans votre pratique professionnelle à des personnes que vous aimeriez pouvoir mieux accompagner dans leurs difficultés avec le tabac, l'alcool, les drogues illicites, les médicaments. Ces situations sont souvent complexes et il est difficile d'y faire face seul.

RESAAD 43 vous aide et vous conseille dans la prise en charge des personnes consommant des substances psycho-actives, qu'elles soient dans un usage à risque, nocif ou dépendantes.

Nos objectifs

- Coordonner les professionnels pour améliorer la prise en charge **médico psycho sociale** de toute personne ayant une conduite addictive.
- S'inscrire dans la réflexion sur l'**organisation territoriale des soins**.

Notre équipe

- Un coordonnateur médical
- Une coordonnatrice administrative
- Une secrétaire comptable

Nos axes de travail

- **Coordination** des soins
- **Formation** des professionnels
- **Coordination** de la **prévention** secondaire et tertiaire
- **Création et diffusion** d'outils et supports de communication

Coordination des soins

Coordination professionnelle du soin par :

- La mise à disposition de procédures d'orientation
- L'identification des personnes ressources de proximité
- La disponibilité du médecin coordonnateur

Amélioration des pratiques professionnelles par :

- l'élaboration de protocoles de soins
- l'organisation de réunions d'échanges de pratiques
- l'organisation de réunions de synthèse à la demande des professionnels face à une situation complexe et difficile
- la mise en place du repérage précoce et intervention brève alcool

Formations

Formations pluridisciplinaires (réunions d'échanges de pratiques, colloque, soirées thématiques, ...).

Proposer et organiser des formations destinées aux professionnels du champ médical, sanitaire et social.

Objectifs :

- Établir un langage commun
- Réactualiser des connaissances
- Favoriser les échanges inter institutionnels
- Promouvoir les actions de partenariat

Formations spécifiques par profession

Proposer et organiser des formations - actions destinées aux professionnels de santé.

Objectifs :

- Améliorer les pratiques
- Apporter des méthodes stratégiques de prise en charge
- Favoriser les échanges entre pairs

Prévention

Le réseau soutient les actions de prévention primaire et assure la coordination de la **prévention secondaire et tertiaire** (repérage, dépistage précoce, ...).

Communication

Afin de favoriser la communication, le réseau met à votre disposition les outils de communication suivants :

- Une **lettre d'information** à parution tri annuelle
- Un **annuaire** des structures ressources du département
- Un **site Internet** (www.resaad43.org)
- Un **accueil téléphonique**



L'ESSENTIEL C'EST D'EN PARLER



Votre médecin participe à un programme départemental de repérage et de dépistage des consommations d'alcool.

Votre médecin peut être amené à :

Etudier avec vous votre consommation et ses éventuelles conséquences

Vous conseiller

Vous accompagner



Centre Hospitalier Emile Roux, 12 Bd Dr Chantemesse, 43012 Le Puy en Velay
www.resaad43.org - Tél. 04 71 04 38 34



Il vous arrive de dire :

*Je ne bois pas
trop puisque je
ne suis jamais
ivre !*

*Je bois
normalement
puisque je ne bois
que du bon vin*

*Je ne bois pas
trop puisque
je ne bois que
le week-end*

Êtes-vous sûr(e) que votre consommation
d'alcool n'est pas à risque pour votre santé ?

Parlez en avec votre médecin, il pourra vous accompagner seul
ou en lien avec les professionnels du réseau addictions.



RESAAD 43 - Centre Hospitalier Emile Roux
12 Bd Dr Chantemesse - 43012 Le Puy en Velay
www.resaad43.org - Tél. 04 71 04 38 34