



« L'ALCOOL EN EXCÈS EST TOXIQUE POUR TOUS LES ORGANES ET TUE 41 000 PERSONNES PAR AN EN FRANCE »
 PR MICKAEL NAASSILA, président de la Société française d'alcoologie, neurobiologiste, université de Picardie

ABUS D'ALCOOL DES SOLUTIONS EXISTENT

En tant qu'addiction ou consommé massivement de façon épisodique (« binge drinking »), il est un fléau qui abîme et peut tuer.

Par le Dr Philippe Gorny

Paris Match. Comment se définissent le «binge drinking» et l'addiction ?

Pr Mickael Naassila. 1. Le «binge drinking» [BD], c'est boire massivement, très vite et répéter ce comportement de façon régulière (une fois par semaine, par exemple). En quantité, c'est absorber 6 à 7 verres en à peine deux heures, avoir une alcoolémie supérieure à 0,8 g/l, qui atteint souvent 2 à 4 g/l chez le «binger drinker» avéré et deux à trois fois plus chez les buveurs de l'extrême ! La toxicité est liée à la quantité mais plus encore à la vitesse d'absorption, qui sidère le cerveau (risque de trou noir, de coma, d'altération sévère de la mémoire). Le BD affecte surtout les jeunes : 50 % des 17 ans de notre pays l'ont expérimenté. 2. L'addiction, en revanche, est une maladie chronique (touchant trois fois plus d'hommes que de femmes), due à un mal-être, à une anxiété, à des problèmes personnels, à une souffrance rendant le besoin d'alcool quotidien irrésistible et sa consommation compulsive. Les deux cas sont loin des recommandations officielles qui encadrent «un risque acceptable» (pas plus de deux verres par jour, pas plus de dix verres par semaine), mais qui ne sont que des repères, des études ayant montré qu'au-delà, la mortalité, toutes causes confondues, augmente et la longévité diminue. Les adultes français sont 25 % à dépasser ces normes et 36 % des 18-35 ans seraient des consommateurs à risque (Plus de 13 500 personnes suivies par l'Inserm, au sein de la cohorte Constances).
Quelles en sont les conséquences respectives ?

1. L'addiction à l'alcool tue plus de 41 000 personnes par an en France (dont un

quart par maladies cardiovasculaires, le reste par divers cancers surtout ORL, colorectal, sein). Elle induit des maladies chroniques qui peuvent dégénérer (foie, pancréas), détériore le système nerveux (mémoire, anxiété, dépression, troubles du comportement, démence). L'alcool en excès est toxique pour tous les organes dès le stade in utero et classé comme substance cancérigène par l'OMS depuis 2008. Il est une des premières causes d'hospitalisation en France. 2. Le BD peut induire des troubles cognitifs graves, tôt dans l'existence, des comportements dangereux pour la vie (accidents, violences, perte de contrôle) ou le psychisme (relations sexuelles non consenties). Il est au départ non addictif mais peut à la longue le devenir.

Quelles sont les motivations incitant à l'addiction et au BD ?

1. Dans l'addiction, qu'elle soit d'origine exogène (environnement familial, socio-professionnel) ou endogène (troubles psychiatriques, par exemple) c'est la souffrance du sujet qui le pousse vers l'alcool. Celui-ci soulage à court terme mais exacerbe ensuite le mal-être, d'où un effet de spirale. 2. Dans le BD, tout commence à l'adolescence (14-16 ans) avec la première cuite. Le jeune veut expérimenter et suivre les copains. Il veut aussi décompresser festivement, oublier la pression liée à la performance (études), une déception amoureuse, le monde stressant d'aujourd'hui et l'avenir incertain.

Comment prendre en charge ces deux types d'alcoolisme ?

1. La prise en charge d'une addiction est graduée selon sa sévérité. Elle peut faire appel à une hospitalisation rapide pour sevrage, à une psychothérapie, le plus

souvent comportementale s'attaquant aux causes du problème, et/ou à la prise de médicaments adaptés au désir de la personne. Le nalméfène et le baclofène réduisent l'envie de boire. L'acamprosate et la naltrexone aident à rester abstinent. Seules 20 % des addictions sont médicalement suivies, permettant d'en sortir une fois sur deux en six à douze mois. 2. Le BD doit être confirmé par un questionnaire (fréquence des séances, des états d'ivresse) donnant une échelle de gravité. Il faut alors comprendre ce qui lie le jeune à l'alcool, s'assurer de l'absence d'autres produits illicites, ne pas le culpabiliser, être bienveillant, l'alerter sur les risques. Agir précocement est essentiel avant que son cerveau ne s'abîme ou que survienne un évènement grave. =



VACCIN PFIZER POUR LES 5-11 ANS

■ Dans une étude contre placebo menée chez 2 000 enfants âgés de 5 à 11 ans, le vaccin Pfizer-BioNTech a montré 90,7 % d'efficacité, incitant un comité d'experts de l'Agence européenne des médicaments à recommander son usage pour cette tranche

COVID

d'âge, sous la forme de deux injections séparées de trois semaines à une dose trois fois plus faible que celle des 12 ans et plus. =

SÉROPOSITIVITÉ TROP DE PRÉJUGÉS

■ Une enquête de l'institut CSA pour le Crips IDF (association engagée dans la lutte contre le VIH-sida), réalisée sur un échantillon de 1 004 personnes, révèle que la séropositivité freine une possible relation sentimentale pour 63 % des sondés, inquiète 36 % des parents si la personne garde leurs enfants, est dangereuse (pour 25 % des sondés) si celle-ci exerce une profession de santé. Elle révèle aussi que 73 % des Français ignorent qu'une personne séropositive sous traitement ne peut pas transmettre le VIH. =