

EDITO

Le problème de santé publique de la consommation d'alcool va bien au-delà des problèmes de dépendance et de binge drinking...



Catherine Hill*

Institut Gustave-Roussy, service de biostatistiques et d'épidémiologie, Villejuif, France.

La consommation d'alcool en France est un problème de santé publique majeur. Penser qu'il n'est qu'un problème d'addiction ou qu'il se limite au « binge drinking » est une erreur expliquée par la sous-estimation systématique de la consommation d'alcool de la plupart des buveurs. Cette sous-estimation est encouragée par la communication des alcooliers qui prônent une modération qu'ils ne définissent jamais. Il y a en France, à peu près dans tous les milieux, une forte pression sociale poussant à la consommation d'alcool et une grande tolérance vis-à-vis de l'alcoolisation, il faudrait que ceci change.

Si on répartit tout l'alcool mis à disposition de la population (addition des achats taxés plus une estimation de ce qui échappe aux taxes) dans l'ensemble de la population de 15 ans et plus, on obtient une consommation de 165 grammes d'alcool pur par personne et par semaine en 2022 (1). Cette consommation est une des plus élevées parmi les pays de l'Organisation de Coopération et de Développement Economiques, voir figure 1 (2). En supposant que 10% de cet alcool mis sur le marché n'est pas consommé (perdu, utilisé pour la cuisine, ou transformé en vinaigre), la consommation moyenne de l'ensemble des adultes de 15 ans et plus est de près de 150 grammes d'alcool pur par semaine

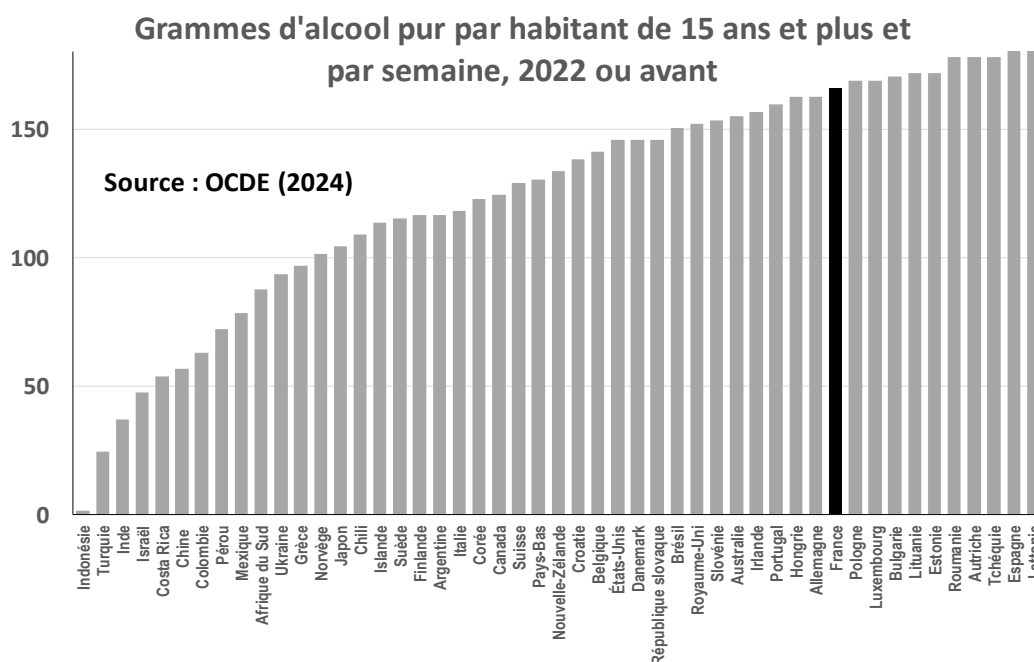


Figure 1 : Consommation d'alcool dans différents pays

La recommandation est de ne pas dépasser 100 grammes d'alcool pur par semaine. Dans la mesure où 39% de la population déclare boire moins d'une fois par semaine (3), le reste de la population doit largement dépasser cette dose. En effet si on suppose que la consommation moyenne de cette population qui boit moins d'une fois par semaine est de 5 grammes d'alcool pur par semaine, pour que la moyenne soit égale à 150, le reste de la population doit boire plus de 240 grammes d'alcool pur par semaine, presque deux fois et demi la consommation qu'il est recommandé de ne pas dépasser.

Les données sur la consommation d'alcool de la population qui reposent sur des sondages sont des données déclaratives qui sous-estiment la consommation environ d'un facteur trois (2). Il est donc urgent d'apprendre à la population à mesurer sa consommation d'alcool. On pourrait améliorer l'étiquetage des boissons alcooliques en indiquant sur chaque contenant le nombre de grammes d'alcool et le nombre de calories. En attendant, il suffit d'un verre mesureur (4) gradué par 10 grammes d'alcool pur sur différentes verticales en fonction du degré d'alcool de la boisson (tous les 10 cL pour du vin à 12,5°, tous les 25 cL pour de la bière à 5°, etc.). On peut aussi utiliser un verre mesureur gradué en centilitres, mais il faut alors calculer les grammes d'alcool pur en multipliant les centilitres par le degré d'alcool de la boisson et en divisant le résultat par 12,5 (10 centilitres de vin à 12,5° contiennent $10 \times 12,5\% = 1,25$ centilitres d'alcool pur et 1,25 centilitres d'alcool pur pèsent $1,25 \times 0,8 = 1$ gramme d'alcool pur parce que la densité de l'alcool est égale à 0,8).

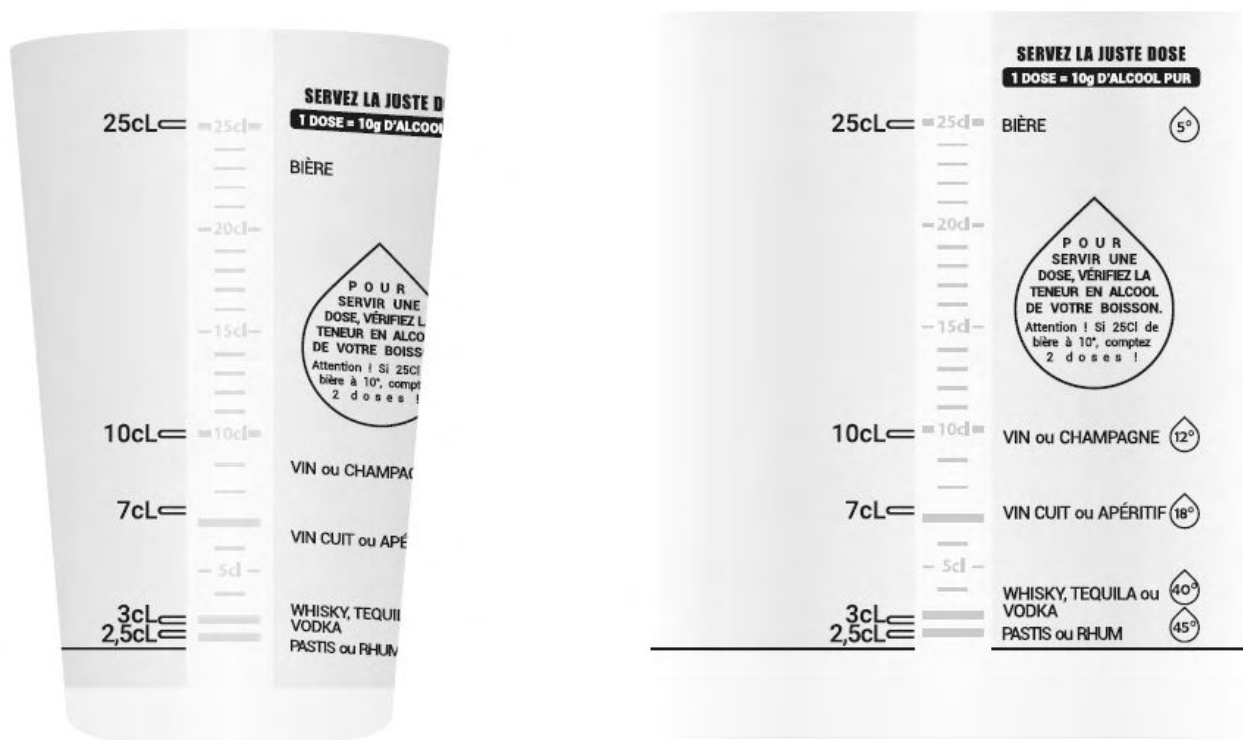


Figure 2 : Gobelet Just'dose pour mesurer sa consommation d'alcool

L'alcool est en France la deuxième cause de décès évitables et la deuxième cause de cancer après le tabac. Et l'alcool n'est pas seulement mauvais pour les buveurs, il faut aussi prendre en compte les victimes des accidents de la route causés par des conducteurs alcoolisés et les victimes de violences domestiques très souvent causés par des partenaires alcoolisés.

Tout le monde sait que la consommation d'alcool peut augmenter les risques de maladies et d'accidents, mais la dose à partir de laquelle les risques sont augmentés est largement surestimée. L'idée que boire modérément n'expose pas à une augmentation des risques pour la santé, et pourrait même être protecteur est largement entretenue par les lobbies de l'alcool. Il est aujourd'hui établi que cet effet protecteur n'existe pas, les observations d'un risque de certaines maladies cardiovasculaires plus faible chez les petits buveurs que chez les non buveurs étant dus notamment à l'inclusion, parmi les non buveurs, d'anciens buveurs exposés à des risques augmentés. Ce malentendu est particulièrement important chez les femmes qui ignorent pour la plupart que 10 grammes d'alcool pur par jour, par exemple 10 centilitres de vin à 12°5, augmentent de 10% le risque de cancer du sein. Mais cette idée d'un effet bénéfique de petites doses d'alcool persiste dans la population, et prend diverses formes, parfois associée à des alcools précis. C'est ainsi que mon voisin, très bien soigné par un triple pontage, cherchait à se faire confirmer un effet protecteur du whisky sur le cœur !

En ignorant ainsi les conséquences néfastes d'une consommation modérée, on entretient un autre malentendu qui consiste à réduire le problème de la consommation d'alcool à un problème d'addiction. La plupart des hommes qui boivent régulièrement ne sont pas des alcooliques au sens clinique du terme, ils ne sont que rarement ivres et ne battent jamais leur femme, ils ont simplement un risque augmenté de maladies cardiovasculaires, de cancers et d'accidents. Les femmes qui boivent régulièrement, même seulement un ou deux verres à 10 grammes d'alcool par jour (une pinte de bière à 5° correspond à deux verres), ne sont pas toutes des addicts et sont exposées aux mêmes risques, avec en plus un risque augmenté de cancer du sein, ce qui fait que l'alcool est en France la première cause évitable de ce cancer.

L'inaction coupable du monde politique est flagrante. Un ministre de l'agriculture critiqué pour avoir dit : « le vin n'est pas un alcool comme les autres » a été défendu avec l'argument : « c'est un alcool qui n'est pas fort ». Comme si le vin ne représentait pas 52% de la consommation d'alcool pur, et comme si un pastis dilué n'était pas aussi « un alcool qui n'est pas fort ». Emmanuel Macron qui avait pris comme conseillère Agriculture une ancienne déléguée générale du lobby "Vin et société", un important organisme d'influence du monde viticole, a défendu son ministre de l'agriculture en déclarant qu'il voulait qu'on arrête d'emmerder les Français (5). La loi Evin a été dégradée en réautorisant la publicité pour l'alcool sous prétexte de défendre les petits producteurs de vin, mais ce sont essentiellement les gros industriels qui inondent le pays de leur publicité. L'ingérence des lobbies de l'alcool dans les politiques publiques est totalement incontrôlée. En 2018, l'organe de représentation de la filière viticole, Vin & Société, a assuré travailler à la demande du chef de l'Etat d'élaborer un plan de prévention d'ici la fin du printemps (6).

La taxation des boissons alcooliques repose sur des choix politiques qui s'opposent à la protection de la santé publique. Le vin qui représente 52% de la consommation d'alcool pur est taxé 4,05 centimes d'euro par litre et ne rapporte que 3% des droits de consommation sur les alcools. A quantité égale d'alcool pur, la bière et les produits intermédiaires sont taxés 22 fois plus, et les spiritueux 54 fois plus que le vin, ainsi, les spiritueux qui ne représentent que 21% de la consommation rapportent 65% des droits. En opposition flagrante à la protection de la santé publique, le droit de consommation pour les rhums des DOM est égal à la moitié du droit sur les autres spiritueux et la cotisation applicable aux boissons titrant plus de 18° est réduite pour les rhums des DOM s'ils sont consommés dans les DOM (7).

Le problème de l'alcool en France ne se limite pas aux problèmes des personnes dépendantes de l'alcool mais ceci ne veut pas dire que ces personnes n'ont pas besoin d'aide et d'une prise en charge adaptée.

REFERENCES

1. Douchet MA. Quantité d'alcool mis en vente par habitant âgé de 15 ans et plus depuis 1961 (en litres équivalents d'alcool pur). OFDT 2023.
<https://www.ofdt.fr/publication/2023/quantite-d-alcool-mis-en-vente-par-habitant-age-de-15-ans-et-plus-depuis-1961-en>
2. OECD. Alcohol consumption (indicator). OECD iLibrary Disponible sur : www.oecd.org/en/data/indicators/alcohol-consumption.html Consulté le 25 novembre 2024.
3. Andler R, Quatremère G, Richard JB, Beck F, NguyenThanh V. La consommation d'alcool des adultes en France en 2021, évolutions récentes et tendances de long terme. Bull Épidémiol Hebd. 2024;(2):22-31
https://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2024/2/pdf/2024_2.pdf
4. Just'Dose. Le gobelet doseur pour servir la juste dose d'alcool [Internet]. Cran-Gevrier: Just'Dose; 2018. Disponible sur: <https://www.justdose.fr/> [consulté le 25 nov 2024]
5. Le Figaro. «Le vin n'est pas un alcool comme un autre», selon le ministre Didier Guillaume [Internet]. Paris : Le Figaro; 2019 [consulté le 25 nov 2024]. Disponible sur : <https://www.lefigaro.fr/politique/le-scan/couacs/2019/01/16/25005-20190116ARTFIG00289-le-vin-n-est-pas-un-alcool-comme-un-autre-selon-le-ministre-didier-guillaume.php>
6. Le Figaro. France : Philippe rassure les viticulteurs inquiets des messages de santé [Internet]. Paris : Le Figaro; 2019 [consulté le 25 nov 2024]. Disponible sur : <https://avis-vin.lefigaro.fr/economie-du-vin/o135444-france-philippe-rassure-les-viticulteurs-inquiets-des-messages-de-sante>
7. Direction Générale des Douanes et Droits Indirects. Droits des alcools et boissons alcooliques. Portail de la Douane française. Disponible sur : <https://www.douane.gouv.fr/fiche/droits-des-alcools-et-boissons-alcooliques> [consulté le 25 novembre 2024]