

Échanges autour d'un verre : la communication en appui du constat scientifique

La baisse considérable de consommation d'alcool par habitant depuis cinquante ans en France est à mettre au crédit des actions de santé publique, qui ont modifié l'image de ce produit. Pourtant, 15 % des hommes de plus de 40 ans conservent des comportements à risque chronique. Face à ce constat, l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes), poursuivant son travail de sensibilisation, a diffusé en mars-avril 2011 à la télévision, une campagne de prévention sur la consommation régulière excessive d'alcool et ses conséquences pour la santé.

Depuis le début des années 1960, la consommation d'alcool a fortement diminué en France. À l'époque, les quantités consommées par an s'élevaient à 26 litres d'alcool pur par habitant âgé de 15 ans et plus. Quarante ans plus tard, ce chiffre a été divisé par deux. Cette baisse, résultant essentiellement de la diminution de consommation de vin, est à mettre au crédit de la santé publique qui a modifié l'image que nous avons aujourd'hui de la boisson alcoolisée, devenue produit susceptible d'entraîner des risques pour la santé. Ainsi, entre 1990 et 2009, la consommation d'alcool sur le territoire français a baissé d'un peu plus de 20 %.

Le Baromètre santé de l'Inpes, outil de suivi régulier des indicateurs de surveillance épidémiologique, permet d'affiner cette évolution en mesurant non seulement des volumes consommés, mais aussi des manières de boire (1). Les tous premiers résultats de l'exercice de 2010 apportent un éclairage utile sur l'alcoolisation de la population.

Consommation plus forte chez les hommes après 40 ans

La consommation quotidienne d'alcool apparaît presque inexistante avant 40 ans (3,4 % des 15-39 ans). Elle concerne en revanche 16,6 % des 40-75 ans, plus d'un quart des hommes (25,1 %) et moins d'une femme sur dix (8,7 %). Même si cette tendance est à la baisse, du fait d'une génération de buveurs quotidiens plus âgée, la consommation régulière apparaît encore fortement liée au sexe et augmente avec l'âge, en particulier après 40 ans.

Les hommes de plus de 40 ans gardent par ailleurs des habitudes de consommation ponctuelle importante (6 verres ou plus en une même occasion). Même si cette consommation apparaît moins fréquente que parmi les plus jeunes, 45 % des hommes de plus de 40 ans déclarent avoir bu, au moins une fois, 6 verres ou plus en une même occasion au cours des douze derniers mois (contre 15 % des femmes de la même tranche d'âge), et près d'un quart d'entre eux le font tous les mois

(23 %), contre à peine 6 % des femmes. Contrairement à la baisse générale constatée du niveau de consommation régulière, ces habitudes de consommation ponctuelle importante apparaissent au même niveau qu'en 2005¹.

Consommation à risque pour 33 % des hommes de plus de 40 ans

Le Baromètre santé utilise un test validé au niveau international, l'*Alcohol Use Disorders Identification Test* (Audit), dont les seuils permettent de distinguer les consommations à risque ponctuel, chronique ou de dépendance (2). Il ressort que parmi les hommes de plus de 40 ans (40-75 ans), 33 % ont une consommation à risque ponctuel, 13,1 % à risque chronique et 1,4 % à risque de dépendance², des niveaux encore une fois bien supérieurs à celui des femmes du même âge (respectivement 12,9 %, 3,0 % et 0,2 %).

C'est dans ce contexte que l'Inpes a décidé de lancer, le 10 mars dernier, la campagne « Boire un peu trop tous les jours, c'est mettre sa vie en danger ». La

Un verre standard =



Une chope de bière à 5° (25 cl)

=



Une coupe de champagne à 12° (10 cl)

=



Un verre de vin à 12° (10 cl)

=



Un verre d'apéritif à 18° (7 cl)

=



Un verre de whisky à 40° (3 cl)

=



Un verre de pastis à 45° (un peu moins de 3 cl)

=

une unité d'alcool
soit 10 g d'alcool

campagne s'adresse aux individus qui consomment des volumes importants d'alcool, et ce, très régulièrement. Ces buveurs dits « réguliers excessifs » comptent parmi eux ceux qui payeront le plus lourd tribut en termes de morbidité et de mortalité prématurée. En effet, avec plus de trente mille morts attribuables par an, l'alcool constitue la deuxième cause de mortalité évitable après le tabac (4).

Campagne de prévention en direction des buveurs excessifs

S'appuyant sur les résultats du Baromètre santé 2010, la campagne a ainsi pour cible principale les hommes de 40 ans et plus. Ces buveurs réguliers excessifs restent difficiles à sensibiliser. S'ils ont conscience que la consommation d'alcool présente des risques immédiats (accidents, violence), qui sont par ailleurs très médiatisés dans les campagnes de prévention de la sécurité routière, ils sous-estiment largement les risques sanitaires, à long terme, engendrés par leur consommation et connaissent mal les repères de consommation.

Selon les Baromètres santé, la tendance inscrite depuis 2000 montre que plus les hommes consomment régulièrement de l'alcool, plus ils ont tendance à minimiser les conséquences de leur consommation et à écarter le risque pour eux-mêmes. Ils définissent alors un niveau, à risque pour leur santé, supérieur à leur propre consommation. En 2010, 35,8 % des hommes de 15 à 75 ans pensent que le seuil d'une consommation dangereuse pour un homme se situe au-delà de 3 verres par jour. Ils sont 51,7 % parmi les buveurs quotidiens et 29,9 % parmi les non buveurs. Si la crainte des maladies liées à l'alcool apparaît naturellement plus grande chez les consommateurs hebdomadaires (38,4 %) que chez les buveurs mensuels (20,1 %), la différence avec les buveurs quotidiens se révèle peu importante (43,8 %), alors même que c'est parmi ces derniers que les risques sont élevés.

Une forme de déni du risque pour la santé

En plus de cette méconnaissance sur le plan de la santé, les buveurs réguliers excessifs renvoient aussi volontiers le risque vers les autres, ceux qui boivent vraiment, « les vrais alcooliques ». La consommation régulière excessive ren-

voie dès lors à des images caricaturales du « jeune fêtard » au « mari violent », en passant par le « clochard », dans lesquelles le grand public ne se reconnaît pas et qui permettent à tout un chacun de déculpabiliser et d'échapper à la réalité de ses propres habitudes vis-à-vis de l'alcool.

Pour répondre à cette forme de déni, l'objectif de la campagne de l'Inpes est double : faire prendre conscience qu'au-delà des phénomènes de dépendance et d'ivresse, une consommation inscrite dans les habitudes de vie peut être excessive ; alerter sur les effets cumulés d'une telle consommation et sur ses conséquences pour la santé.

Dispositifs d'information et d'aide

Face à ce double constat, la campagne oriente le public vers deux dispositifs d'information et d'aide : le site alcoholinfoservice.fr, qui donne une information généraliste sur le thème de l'alcool et dont l'outil alcoomètre permet à chacun de faire le point sur sa consommation d'alcool et de s'engager dans un programme personnalisé de réduction de cette consommation ; la ligne écoute alcool (0 811 91 30 30), qui permet l'échange avec un professionnel de l'écoute ou encore l'orientation vers une structure de soins.

Mais c'est finalement sur la définition et l'explicitation des indicateurs que la rencontre entre le monde des études et de la recherche et celui de la communication a peut-être été la plus fructueuse. En effet, la notion de « buveur régulier excessif », sur laquelle repose la campagne, a permis de qualifier une notion jusqu'alors plutôt abstraite et impropre à la communication à destination du grand public, celle d'alcoolisation à risque ponctuel ou chronique et/ou de dépendance. Cette réflexion a permis d'incarner et d'opérationnaliser les seuils utilisés dans un outil de recherche intitulé l'échelle Audit.

Les articles de presse qui ont accompagné le lancement de la campagne ont par ailleurs fait écho à la notion de verre standard, qui s'appuie sur le fait que le volume de chaque verre d'alcool est adapté à la concentration d'alcool pur de chaque type d'alcool, notion sur laquelle la communication de l'Inpes a beaucoup insisté ces dernières années.

Or, il semble que malgré une certaine distance avec le sens commun, cette notion se diffuse de mieux en mieux au sein de la population. Son intérêt est de permettre plus aisément à chacun d'auto-évaluer sa consommation.

François Beck

Chef du département Enquêtes et analyses statistiques,

Cécilia Blauel

Chargée de communication,

Cécile Fournier

Chargée de recherche,

Émmanuelle Le Lay

Chef du département Communication interne et institutionnelle,

Élisa Mammari

Stagiaire,

Jean-Baptiste Richard

Chargé d'études et de recherche-statisticien, Inpes.

1. En 2005, 23,0 % des 40-75 ans avaient une consommation quotidienne d'alcool, 34,9 % des hommes et 12,1 % des femmes ; 28,8 % avaient connu une consommation ponctuelle importante au cours de l'année (44,6 % des hommes vs 14,3 % des femmes), dont 12,1 % plus d'une fois par mois (20,0 % des hommes vs 4,9 % des femmes) (3).

2. En 2005, les niveaux pour les hommes de 40-75 ans étaient respectivement de 29,5 %, 16,1 % et 2,0 % (3).

► Références bibliographiques

(1) Beck F., Gautier A., Guignard R., Richard J.-B. dir. *Baromètre santé 2010. Attitudes et comportements de santé*. Saint-Denis : Inpes, à paraître.

(2) Saunders J.B., Aasland O.G., Babor T.F., de la Fuente J.R., Grant M. Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (Audit): WHO Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption-II. *Addiction*, 1993, vol. 88, n° 6 : p. 791-804.

(3) Legleye S., Beck F. Alcool : une baisse sensible des niveaux de consommation. In : Beck F., Guilbert P., Gautier A. dir. *Baromètre santé 2005*. Saint-Denis : Inpes, coll. Baromètres, 2007 : p.112-154. En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1109.pdf> [dernière consultation le 04/04/2011]

(4) Observatoire français des drogues et des toxicomanies. *Drogues, chiffres-clés*. Saint-Denis La Plaine : OFDT, juin 2010 : 6 p. En ligne : <http://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/dcc2010.pdf> [dernière consultation le 04/04/2011]