

# Tableaux alcoologiques

## Alcoolométrie

Pour se repérer en alcoologie, en ce qui concerne les doses d'alcool et leurs effets, les seules quantités servies de façon constante, sont les doses des débits de boissons, ces doses étant déterminées par réglementation.

### Tableau des équivalences

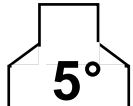
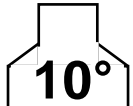
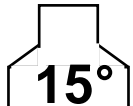

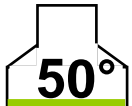










	Cidre - Bière	Vin	Champagne	Apéritif	Rhum
Degré alcoolique	 5°	 10°	 15°	 20°	 50°
Quantité d'alcool pur en G/l	 40 g	 80 g	 120 g	 160 g	 400 g
Volume du verre en cl	<b>25 cl</b>	<b>10 cl</b>	<b>8 cl</b>	<b>7 cl</b>	<b>2,5 cl</b>
Quantité d'alcool pur en gramme /verre	 <b>10 g</b>	 <b>8 g</b>	 <b>10 g</b>	 <b>12 g</b>	 <b>10 g</b>

Tableau adapté d'un document d'information de la CNAM

Chaque verre de boisson alcoolique servi dans un Bar, contient en moyenne 10 grammes d'alcool pur (pour mémoire, 1 litre de vin à 12° contient 96 grammes d'alcool). Les boissons au litre, ne contiennent pas la même quantité d'alcool pur, mais plus il y a d'alcool, moins la quantité servie est importante. (2 cl pour le rhum ou le pastis...).



## Calcul de l'alcoolémie

### Formule de WIDMARK pour calculer l'alcoolémie\*

Quantité d'alcool pur exprimée en gramme

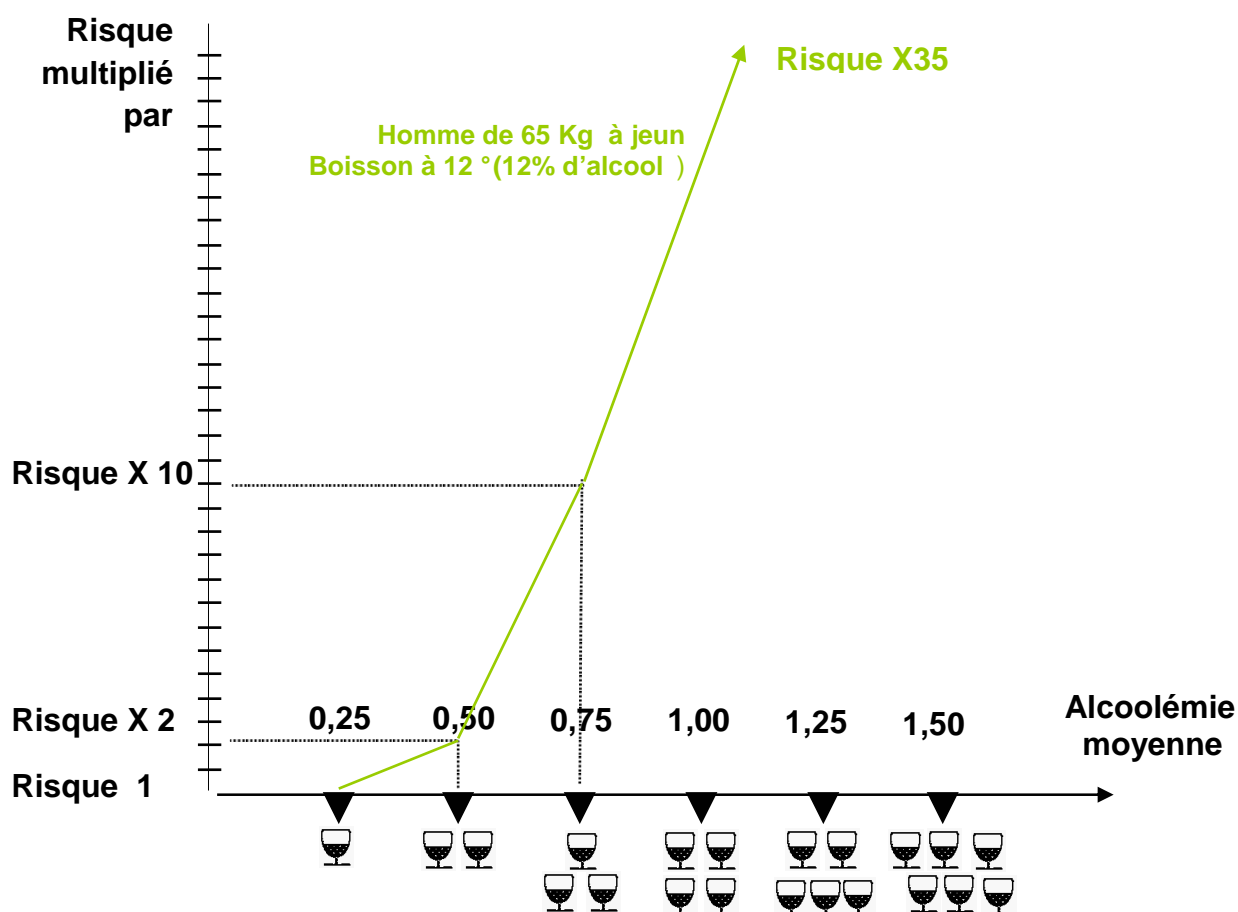
Poids de la personne X 0,7 (hommes) ou 0,6 (femmes)

\* Calcul réalisé avec une boisson à 12° (vin), à dose "bistro" soit 10 g. d'alcool pur.  
(Pour mémoire, l'alcoolémie baisse de 0,10 g à 0,15 g. / h)

**Conduite interdite (Alc. > 0,49g/l)**

## Courbe exponentielle du risque

L'analyse statistique de la relation dose / accident routier mortel, montre que le risque 1 (conduire un véhicule sur un axe routier), reste à peu près stable avec une consommation d'un verre dose bistrot (en moyenne 0,25gr d'alcoolémie), à la deuxième dose (0,50 en moyenne) le risque double, à la troisième dose (0,75 en moyenne), le risque est multiplié par 10.



## Abus / excès et notion de « seuil »

**Selon le risque envisagé, les difficultés commencent :**

- **Sécurité : au delà de 0,30 d'alcoolémie**

- en moyenne 1 verre dose bistrot ou 10 g d'alcool pur, a jeun ;
- sécurité routière, du travail ou domestique;
- concerne tout consommateur, dès le début du deuxième verre.

- **Taux légal d'alcoolémie**

- 0,20g d'alcool pur par litre de sang (transport en commun);
- 0,50g d'alcool pur par litre de sang (contravention);
- 0,80g d'alcool pur par litre de sang (délict);
- concerne tout consommateur.

- **Santé, risque somatique :**

- **au delà de 20g d'alcool pur/jour** (femmes);
- **au delà de 30g d'alcool pur/ jour** (homme);
- en moyenne - concerne tout consommateur (normes OMS)

- **Dépendance : au premier verre pour toutes les personnes vulnérables à l'alcool (10% de la population) : dépend de la nature du lien qui s'établit dans la rencontre entre un individu (entité somato psychique) et le produit alcool, dans un moment socio-culturel donné...**