

LE VIN REMPART CONTRE L'ALCOOLISME ?

Je dois avouer que la lecture de l'article de Denis Saverot (le monde du 27 février 2004, p. 15), m'a un peu donné le tournis, et pourtant je n'avais rien bu, pas même un de ces fameux vins français défendus avec chaleur, (voire un peu de véhémence), par le rédacteur en chef de *La revue des vins de France*. Que de bons arguments, pour une conclusion fausse.

Moi même amateur de vins millésimés, suite à un conditionnement tant culturel que social, savamment orchestré par mon propre père, je ne peux qu'adhérer aux propos laudatifs de l'article, où l'auteur pour évoquer le plaisir et la convivialité, appelle à la rescousse Du Bellay, Voltaire, Lamartine... auxquels j'ajouterais, pour faire bonne mesure, Rabelais le maître en la matière. Oui, j'apprécie tout particulièrement certaines soirées feutrées, près de la cheminée, avec mon épouse et un couple d'amis autour d'un repas fin et un vin bien choisi. Oui, j'aurai quelques difficultés à déconnecter de ma consommation d'huitres favorites, quelque savoureux vin blanc sec de ma connaissance, idem pour mon foie-gras et un vin moelleux très apprécié, du sud ouest de la France. (Pardons Monsieur Saverot, si vous lisez un jour ces lignes, de ne pas être plus explicite dans mes références). Par ailleurs, comment discuter la place du vin dans l'économie française, comment nier, en considérant les statistiques établies à ce sujet, que l'alcoolisme est un peu moins présent dans les régions viticoles que dans l'Est, le Nord ou la Bretagne...

Faut-il pour autant revenir au clivage tout à fait erroné du début du XX^{ème} siècle, établissant une distinction subtile entre vin et « alcools » ? Soyons sérieux, un vin honnête, titre au bas mot 12,5 ° d'alcool, soit à peu près 100g d'alcool pur au litre. Mis à part la concentration, le point commun entre les « alcools » et le vin (fut-il bon), est bien entendu *l'alcool éthylique*. Et puis, le problème est-il seulement l'alcoolisme ? Deux verres (10cl par verre) pour une femme et trois pour un homme, des excellents vins évoqués, et le seuil légal des 0,gr50 d'alcool pur /l. de sang est atteint, voire dépassé largement. Rappelons que les tests de conduite automobile après consommation d'alcool (boissons fermentées et distillées confondues), font apparaître des modifications de la vigilance, des réflexes et de la motricité, dès 0,gr20. Les travaux d'Hinglais et Dessanti montrent la même chose. Un tiers des accidents routiers mortels sont liés à la consommation de boissons contenant de l'alcool, et pas seulement des « alcools forts » consommés par des jeunes le samedi soir (avec quelques produits illicites).

Quant à l'alcoolisme en régions viticoles du sud, s'il est statistiquement moindre que dans le nord de la France (pour faire simple), il n'engorge pas moins les consultations d'alcoologie de Bourgogne ou du Bordelais qu'ailleurs en France, où ces structures sont partout insuffisantes pour 2 millions et demi d'alcoolodépendants qui souffrent par et avec l'alcool. (Précisons que ces alcoolodépendants consomment indifféremment du vin, de la bière ou des alcools distillés; le besoin d'alcool étant au delà de la nature de la boisson).

L'alcoolisation (toute consommation d'alcool, de quelque boisson qu'il provienne), est la troisième cause de mortalité en France et les organismes officiels (CNAM - INPES - MILDT..) estiment le nombre de personnes en difficultés à plus ou moins 4 millions de personnes. Par ailleurs, 15 à 20% des accidents mortels du travail, blessures et des handicaps seraient imputables à sa consommation. Il en est de même pour le tiers des cancers. Enfin, l'alcool est impliquée dans 20 % des hospitalisations, 40 % des hospitalisations psychiatriques, 40 % des crimes et délits et 80 % des violences conjugales."

En France, 4 % de la population vivent avec une dépendance liée à leur consommation de boissons alcooliques (vin compris), soit 2,5 millions de personnes. C'est un problème majeur de santé publique

qui, si l'on tient compte de l'entourage immédiat, concerne directement 8 à 10 millions d'entre nous. Cette situation en fait la première toxicomanie en France. Enfin, l'alcool (vin compris) représente plus de la moitié du coût social que les drogues licites (tabac, alcool) et illicites (héroïne, cocaïne, ecstasy, cannabis) font peser sur la collectivité en France. (Travaux de l'économiste Pierre Kopp, en 1999).

La prise de conscience des pouvoirs publics en matière de sécurité routière (ou du travail), et en termes de santé publique à ce sujet, est en évolution progressive depuis les années 80. Il semble un peu facile (et injuste), de la relier à la frénésie sécuritaire à l'œuvre depuis près de 2 ans, et encore plus inexact de la mettre en parallèle avec l'anti-alcoolisme et l'hygiénisme du XIXème siècle.

Les boissons contenant de l'alcool (dont le vin), peuvent donc être regardées sous deux aspects:

- comme des produits à forte valeur conviviale, culturelle et symbolique, voire religieuse ;

et

- comme des produits contenant une molécule aux propriétés psychotropes et toxiques (pour tout consommateur). Pourtant l'alcool est bien autre chose qu'un "produit magique", ou une simple substance psychoactive...

L'alcool éthylique ou "éthanol" (C₂H₅OH), à des concentrations variables dans toutes les boissons fermentées et distillées, présente en fait, trois grandes propriétés :

- **Toxique cellulaire** et intervenant métabolique, toxique pour les organes, cause de goutte, d'obésité, d'hyperlipidémie,.. Perturbateur des métabolismes fondamentaux exposant l'organisme à des atteintes de tous les systèmes, notamment : hépatique, nerveux et cardio-vasculaire. Facteur de risque important dans l'apparition des cancers (notamment des voies digestives et aériennes supérieures - risques aggravés en association avec le tabac). Absorbé en grande quantité : risque de coma éthylique, voire de mort.

- **Psychotrope**; Modification de l'état mental, action sur le psychisme modification de l'image des événements extérieurs. (*désinhibiteur - euphorisant - excitant - anxiolytique - anesthésiant ...*). Le ou les effets ressentis seront différents selon les consommateurs, en fonction des circonstances, du contexte socio-relationnel, des doses absorbées, du degré des boissons, des effets attendus, etc

- **Toxicomanogène : Susceptibles d'engendrer une toxicomanie.** L'alcool est une drogue ("substance capable de modifier l'état de conscience" - Larousse). C'est une drogue légale (commune, accessible, de faible coût) dont la consommation est encouragée et valorisée socialement.

Comme la plupart des drogues, sa consommation régulière peut entraîner:

- une **tolérance** : nécessité après une période variable, d'augmenter les doses pour retrouver les effets psychotropes,

- une **dépendance** : impossibilité de s'abstenir de consommer. La suppression de la consommation amène un malaise, une souffrance psychologique et des troubles physiques (syndrome de manque).

En matière de consommation d'alcool, compte tenu des sensibilités différentes (inégalité des consommateurs face aux effets de l'alcool) **il est difficile de donner un seuil de sécurité quantitatif.**

Pourtant pour tous ceux qui comme moi veulent concilier convivialité et plaisir gustatif avec sécurité et santé, il reste les normes médicales fournies par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé): moins de 2 verres de boissons alcooliques (doses « bistrot »), par jour pour une femme, moins de 3 verres par jour pour un homme...). Eviter de consommer + de 4 verres en une même occasion, et ne jamais conduire un véhicule ou une machine après une telle consommation...

Les relations humaines se nourrissent de la convivialité et de la réciprocité du don, il est donc logique et vital que les échanges se structurent autour d'un ou plusieurs objets investis d'une certaine valeur, qui puissent s'offrir, se partager. La nourriture prise collectivement remplit cette fonction à la base, mais selon les époques et les cultures d'autres consommations s'y sont ajoutées, qui se boivent ou se fument (thé à la menthe – café – boissons fermentées puis distillées – tabac – cannabis...etc) Dans notre culture la consommation de vin (donc d'alcool), occupe fortement cette place dans les coutumes et traditions (notre culture Judéo-Chrétienne y est pour quelque chose), et pourtant la molécule d'alcool contenue dans le vin n'est pas sans danger tant en termes de sécurité et de santé... Mais pourquoi, une fois encore, faudrait-il choisir entre le rien et le tout ? être manichéen, c'est à dire diaboliser ou diviniser le vin ? La molécule d'alcool est présente dans de nombreuses boissons dont la consommation repose sur des coutumes et des traditions millénaires et bien agréables, soit. Mais les propriétés de cette molécule peuvent la rendre très rapidement redoutable (on ne l'a démontré que récemment). Alors la solution restante, est d'apprendre à vivre avec, ce qui n'est pas le cas actuellement au regard de la morbidité, de la mortalité et des coûts sociaux liés à la consommation d'alcool provenant des boissons fermentées comme le vin et la bière, ou à plus fortes raisons évidemment, de boissons distillées.

Jean Paul Jeannin Consultant Alcoologue

www.sosreseaux.com

Auteur de l'ouvrage « Gérer le risque alcool au travail » 400p. Editions Chronique Sociale, Lyon, 2003