



focus

France : un triste record

La France détient un triste record européen : celui du taux (30 %) de surmortalité masculine due à l'alcool. C'est à l'âge de 65 ans que cette surmortalité est la plus élevée : elle atteint 200/100 000 puis décroît lentement.

Le combat contre la consommation éthylique chronique est donc une réelle priorité de santé publique mais sans doute plus difficile à aborder que d'autres dans un pays à forte tradition vinicole.

Une étude qui vient d'être publiée (voir en page 6) nous apprend que l'état de santé des ex-buveurs reste moins bon que celui des personnes n'ayant jamais bu, tout simplement parce que au stade habituel où survient le sevrage, les conséquences de la consommation d'alcool sont déjà irréversibles. Preuve que si l'arrêt de l'intoxication est toujours trop tardif, il n'est pour autant jamais trop précoce ! ■

numéro 3 - novembre 2001

Entretien

- 2 Les consultations de tabacologie trouvent leur place dans les centres de cure ambulatoire en alcoologie

Actualités scientifiques

- 4 L'alcool joue-t-il un rôle dans l'apparition d'un cancer du poumon ?
- 5 Les consommatrices françaises d'alcool ont-elles une alimentation différente des abstinentes ?
- 6 L'état de santé des ex-buveurs reste moins bon que celui des personnes n'ayant jamais bu

Initiatives hors frontières

- 8 Québec : l'Opération Nez rouge, un concept phare

Initiatives CFES-CNAMTS

- 9 Une campagne radio en direction des jeunes Opération « et toi avec l'alcool, tu en es où ? »

Repères

- 10 Des chiffres pour situer l'ampleur du problème « alcool »

Alcool : peut être un impact sur le cancer colorectal

L'alcool est un facteur de risque de nombreux cancers mais il est rarement associé au risque de cancer colorectal. L'expertise collective de l'Inserm n'exclue pas un risque, peut être indirect en raison des habitudes alimentaires et des carences vitaminiques des consommateurs excessifs.

→ Lire en page 3

« Une nuit pour la vie »

De jeunes bénévoles regroupés dans une association se placent à l'entrée des discothèques et proposent aux conducteurs, contre la remise de la clé de contact, une entrée gratuite et un bon pour une boisson sans alcool. La clé ne leur est remise à la sortie que si l'alcoolémie est inférieure au seuil légal.

→ Lire en page 7

Les consultations de tabacologie trouvent leur place dans les centres de cure ambulatoire en alcoologie

Les centres de cure ambulatoire en alcoologie (CCAA) sont des établissements médicosociaux financés par l'Assurance maladie ; la moitié d'entre eux, soit environ 120, sont gérés par l'Association nationale de prévention de l'alcoolisme. Son directeur, Patrick Elineau, répond aux questions d'*Alcool Actualités* sur la place des consultations de tabacologie au sein de ces CCAA.

Patrick Elineau : 63 % des nouveaux consultants des CCAA sont dépendants non seulement à l'alcool mais aussi au tabac* comme en témoignent les données épidémiologiques recueillies chaque année sur l'ensemble de nos consultants. Dès lors, il nous est apparu nécessaire de réfléchir à l'extension de nos compétences vers la tabacologie ; nous avons été encouragés en cela par les orientations du plan triennal du gouvernement, initié par la MILDT, en invitant les équipes des CCAA se sentant prêtes à relever ce défi à déposer des dossiers pour l'obtention des financements nécessaires.

Alcool Actualités : *Concrètement, où en êtes-vous aujourd'hui ?*

Patrick Elineau : Les premières consultations, au nombre de 31, ont été ouvertes il y a moins d'un an et il est donc trop tôt pour en évaluer les résultats. Quinze autres consultations en tabacologie devraient être ouvertes d'ici à la mi-2002. Toutes ces consultations font appel à des compétences spécifiques et ce sont souvent des hospitaliers qui y répondent, permettant ainsi l'établissement d'un lien entre l'hôpital et nos structures ambulatoires. D'autre part, nous avons l'ambitieux projet de former à la tabacologie l'ensemble des équipes travaillant dans un centre d'alcoologie, cela pour assurer un discours global aussi cohérent que possible.

Alcool Actualités : *Comment se fait l'accès à vos consultations ?*

Patrick Elineau : La plupart de nos patients nous sont adressés par les services médicaux, hospitaliers, spécialisés et généralistes (31 %), la médecine du travail, les médecins traitants... mais nos consultations de tabacologie sont largement ouvertes, y compris aux personnes n'ayant aucun problème vis-à-vis de l'alcool. En revanche, le problème du tabac est maintenant systématiquement abordé avec toutes les personnes qui viennent consulter pour une alcoolodépendance afin de pouvoir être éventuellement dirigées vers la consultation de tabacologie. La prise en charge de deux dépendances commence à se généraliser et le sevrage tabagique ne semble pas favoriser les réalcoolisations ■

63 % des alcoolodépendants sont des fumeurs*

Un alcoologue doit systématiquement avoir à l'esprit le problème du tabac lors de ses consultations

* Voir étude épidémiologique ANPA/Inserm « Consultants des CCAA » 2000 à paraître en décembre 2001

Une relation probable entre alcool et cancer du côlon ou du rectum

Le cancer colorectal est le plus fréquent des cancers, hommes et femmes confondus, et représente 15 % de l'ensemble des cancers. Environ 35 000 nouveaux cas sont recensés chaque année en France où ce cancer est responsable de 15 000 décès annuels. Enfin, dernière donnée épidémiologique situant l'ampleur du problème de santé publique lié à ce cancer : on considère qu'un Français sur 25 sera atteint par un cancer colorectal.

Un groupe d'experts de l'Inserm a étudié cette année la question de la relation entre l'alcool et un certain nombre de cancers, dont le cancer colorectal. La réponse est qu'en l'état actuel de nos connaissances, un lien est probable entre alcool et cancer du côlon ou du rectum.

Certes, les nombreuses études publiées à ce sujet donnent des résultats souvent discordants mais cela peut être dû au nombre trop faible de sujets inclus dans certaines études ou d'autres éléments comme la durée entre le moment de consommation d'alcool et la survenue du cancer. En effet, il est démontré que l'alcool joue un rôle au stade précoce de la cancérogenèse. Ainsi, sa consommation augmente le risque de survenue de polypes colorectaux, tumeurs initialement bénignes mais qui, en se transformant très lentement, sur plusieurs années, font le lit de la très grande majorité des cancers du côlon ou du rectum.

La consommation d'alcool est également associée à des comportements alimentaires qui peuvent avoir eux-mêmes un impact sur le risque de survenue d'un cancer colorectal. Ainsi, les consommateurs excessifs d'alcool ont une alimentation plus riche en graisses animales et moins riches en fibres végétales que ceux qui sont abstinents à l'égard de l'alcool (voir l'étude d'Emmanuelle Kesse et coll. en page 5), ils ont des carences vitaminiques et en folates... un ensemble d'éléments pouvant favoriser la survenue d'un cancer colique ■

L'alcool favorise l'apparition des polypes colorectaux qui font ensuite le lit de la plupart des cancers

La consommation excessive d'alcool s'accompagne d'habitudes alimentaires qui pourraient également avoir une influence sur le risque de cancer du côlon ou du rectum

Référence :
Expertise collective Alcool
« Effets sur la Santé »,
Inserm 2001,
pages 221-227

L'alcool joue-t-il un rôle dans l'apparition d'un cancer du poumon ?

Si la responsabilité du tabac dans la genèse d'un cancer du poumon est clairement et depuis longtemps démontrée, le rôle de l'alcool est sujet à controverses. L'alcool comme facteur de risque d'un cancer du poumon est d'autant plus difficile à démontrer que les gros fumeurs, donc fortement exposés au risque de cancer bronchopulmonaire, sont également très souvent de gros buveurs.

Les auteurs d'une étude publiée dans *Preventive Medicine* ont analysé 13 études récentes ayant établi un rôle direct de l'alcool dans la genèse du cancer du poumon. Parmi celles-ci, 5 n'établissaient aucun parallèle avec les habitudes tabagiques et 8 ne distinguaient pas les ex-fumeurs des fumeurs ! Or, les ex-fumeurs ont un risque de cancer du poumon qui diminue au fur et à mesure que leur période d'abstinence totale augmente et en plus, l'arrêt du tabac induit souvent une réduction franche des consommations d'alcool.

Les auteurs, pour analyser le risque spécifique lié à l'alcool, ont pris comme modèle le cancer du larynx dont on sait qu'il est directement influencé tant par le tabagisme que par la consommation alcoolique.

Les conclusions sont précises : il n'existe aucune preuve que l'alcool a un impact direct sur le risque de cancer du poumon.

Cette conclusion s'appuie sur les faits suivants :

- les auteurs n'ont pu mettre en évidence aucune relation entre la dose d'alcool consommée et le risque de survenue d'un cancer du poumon ;
- dès lors que les habitudes de consommation tabagique étaient prises en considération, l'alcool n'apparaissait plus comme possible facteur de risque de cancer du poumon ;
- aucune synergie entre l'alcool et le tabac sur le risque de cancer du poumon n'a pu être démontrée.

Bien que l'alcool soit un facteur de risque de différents cancers, il apparaît ne pas l'être pour le cancer du poumon, lequel reste pratiquement sous la seule dépendance du tabac ■

Les gros buveurs sont souvent aussi des gros fumeurs !

L'alcool, facteur de risque de cancer du poumon, ne peut être analysé sans que soient considérées les habitudes tabagiques

Pas de relation entre consommation d'alcool et cancer du poumon

Des conclusions qui ne remettent pas en cause l'impact direct de l'alcool sur l'apparition de certains cancers comme ceux du larynx, de l'œsophage ou du foie

Référence :
E.A. Zang et E.L. Wynder,
Preventive Medicine
2001 ; 32 : 359-70

Les consommatrices d'alcool ont-elles une alimentation différente des abstinentes ?

Si une consommation excessive d'alcool a des conséquences majeures pour la santé (*une étude de 1996 citée en référence estime que dans la tranche des 35-64 ans, l'alcool est directement responsable de 17 353 décès annuels en France, soit 17,4 % de la mortalité totale*), certaines études ont évoqué qu'une consommation modérée d'alcool pouvait en revanche être associée à un effet favorable sur l'espérance de vie, notamment par le biais d'une élévation du HDL-cholestérol (*le « bon cholestérol »*), elle-même responsable d'une réduction de la mortalité par maladie coronarienne.

Des chercheurs français, conduisant une vaste étude épidémiologique (Etude épidémiologique de femmes de la Mutuelle générale de l'Education nationale) se sont intéressés au mode d'alimentation, cherchant à établir une éventuelle corrélation entre les quantités d'alcool absorbées et l'alimentation, la qualité de cette dernière pouvant contribuer à expliquer certains aspects de la morbi-mortalité¹ des buveurs.

Cent mille femmes de 40 à 65 ans ont été interrogées sur leurs habitudes alimentaires et tabagiques ; leur statut hormonal était également analysé. 9 207 femmes (12,6 %) étaient totalement abstinentes alors que 5 069 (7 %) buvaient plus de 32 g d'alcool par jour.

La consommation d'alcool est associée à un apport calorique global plus important, ce constat persistant après abstraction des calories apportées par l'alcool. Celles qui consomment de d'alcool ont une alimentation moins saine que les abstinentes puisqu'elles consomment davantage de produits d'origine animale, notamment de fromages et d'œufs, mais moins de légumes et surtout de fruits. L'association fréquente de la consommation d'alcool et de tabac est confirmée sans surprise par cette étude : parmi les femmes abstinentes, 76,6 % n'avaient jamais fumé mais seulement 6,4 % des fumeuses étaient des abstinentes vis-à-vis de l'alcool.

Les auteurs en concluent que la morbi-mortalité associée à la consommation d'alcool peut en partie s'expliquer par les mauvaises habitudes alimentaires associées à une consommation excessive d'alcool mais qu'en revanche, un éventuel effet bénéfique d'une consommation très modérée ne peut s'expliquer par des habitudes alimentaires plus saines que celles des non-buveurs ■

¹ Maladie et mortalité induites

Les apports caloriques sont plus importants chez les buveuses excessives que chez les abstinentes, même une fois exclues les calories apportées par l'alcool

Les buveuses d'alcool ont une alimentation moins saine que les non-buveuses avec notamment davantage de graisses d'origine animale

Parmi les femmes qui ne boivent pas d'alcool, 76 % n'ont jamais fumé

Références :

E. Kesse et coll. Am J Clin Nutr 2001 ; 74 : 322-7
Zureik M. et coll. Alcohol Clin Exp Res. 1996 ; 20 : 428-33

L'état de santé des ex-buveurs reste moins bon que celui des personnes n'ayant jamais bu

L'abstinence voire la consommation très modérée d'alcool sont classiquement corrélés aux indicateurs de bonne santé alors que la consommation excessive est liée à une morbi-mortalité élevée.

En revanche, l'impact sur la santé d'habitudes d'alcoolisation anciennes est difficile à évaluer comme en témoignent de nombreuses études qui ont pu porter sur ce sujet. Cette évaluation est d'autant plus difficile à faire que de nombreux alcoolodépendants deviennent abstinents en raison des conséquences que leur consommation excessive a déjà eues sur leur santé ; si les maladies induites par une surconsommation d'alcool continuent d'évoluer pour leur propre compte chez des patients devenus abstinents, cela pourrait conduire à sous-estimer, chez de telles personnes devenues abstinentes, l'impact bénéfique de l'arrêt de l'intoxication. De même, en modifiant leur consommation d'alcool, certaines personnes sont susceptibles de changer radicalement leurs habitudes de vie, notamment leur consommation de cigarettes, leur régime alimentaire, voire leurs activités physiques, toutes conditions qui auront un impact sur leur santé au même titre que l'arrêt de la consommation d'alcool. Faire la part des choses est donc difficile !

L'étude citée en référence a été menée au sein d'une vaste population américaine (Etat de l'Oregon) affiliée à une « HMO » (Health Maintenance Organization). Les anciens buveurs n'avaient pas de comportements de santé différents de ceux des consommateurs modérés d'alcool, exception faite des habitudes tabagiques. Dans cette vaste population, il s'est avéré que l'état de santé des anciens buveurs était globalement moins bon que celui des personnes n'ayant jamais eu de consommation excessive d'alcool, ce qui n'est évidemment pas une surprise, mais également un peu moins bon que l'état de santé de ceux en ayant une au moment de l'étude.

Ceci ne doit bien évidemment pas conduire à relativiser l'intérêt pour la santé de l'arrêt définitif d'une consommation d'alcool ; mais malheureusement, l'arrêt de cette dernière est souvent induite par les conséquences que ces excès ont pu déjà avoir sur la santé. Ceci explique cela et s'il y a un message à retenir, c'est que l'arrêt de l'intoxication alcoolique est toujours trop tardif... mais jamais trop tôt ! ■

L'arrêt de la consommation d'alcool est souvent dû aux conséquences que l'alcool a déjà induites sur l'organisme

Un telle constatation doit inciter à redoubler les efforts contre la consommation excessive d'alcool, ses effets étant trop souvent difficilement réversibles

Référence :
Green CA, Polen MR. *Am J Prev Med* 2001 Nov ; 21 (4) : 298-305

« Une nuit pour la vie »

2 000 jeunes meurent chaque année, victimes d'accidents de la route pour lesquels alcool et vitesse sont les premiers accusés.

C'est souvent au retour d'une discothèque, implantée loin de la ville, que se noue le drame, au petit matin sur une route départementale. Mais parce qu'ils refusent que cette réalité soit perçue comme inéluctable, des jeunes ont pris l'initiative de créer une association régie par la loi de 1901, « *La route des jeunes* » dont la première série d'actions, « *Une nuit pour la vie* » consiste à placer des jeunes à l'entrée des discothèques, proposant aux conducteurs de voiture, en échange des clefs de contact, une entrée gratuite et une boisson gratuite sans alcool. Et à la sortie, ce n'est que si le test d'alcoolémie est inférieure au seuil légal que les clefs seront restituées au conducteur.

Créée en 1996, cette association, actuellement forte de 200 adhérents, essentiellement franciliens, veut se doter d'antennes départementales afin d'assurer une présence nationale à la sortie de chaque grande discothèque. Les actions « *Une nuit pour la vie* » sont nées en mai 1999, à un rythme bimestriel ; « *nous en sommes maintenant au rythme d'une action par semaine et nous avons déjà assuré une présence dans une dizaine de départements* » nous confie la présidente de cette association, Ségolène Trévinat. Pour atteindre ses objectifs, étendre son réseau d'antennes départementales mais aussi initier d'autres actions comme un festival de la Sécurité routière, cette association peut compter sur un soutien du Ministère des Transports, des donateurs, les mairies et les gendarmeries des villes concernées...

Cette jeune association a déjà été distinguée par l'Académie des sciences morales et politiques ainsi que par le Prix 2001 du Volontariat ■

***Tu viens en boîte,
Mets moins d'alcool
dans ton verre, paye
l'entrée moins cher,
reprends le volant
l'esprit plus clair***

***L'ambition est
de déployer une
antenne dans
chaque département***

Référence :
*La route des jeunes,
145 avenue de Suffren,
75015 Paris
Tél. : 01 40 56 33 51*

Québec : l'Opération Nez rouge, un concept phare

La 18^e campagne de l'Opération Nez rouge se déroulera au Québec du 7 au 31 décembre prochain.

Durant cette période, tout automobiliste ayant consommé de l'alcool ou ne se sentant pas en état de conduire pourra faire appel à ce service de chauffeur privé, gratuit et bénévole. Une équipe composée de trois membres¹ assurera le raccompagnement de l'automobiliste à son domicile ou vers un autre lieu de son choix... et ce, une ou plusieurs fois au cours d'une même soirée. Ce concept est né au Québec, en 1984, à l'initiative de M. Jean-Marie de Koninck. A cette époque, ce professeur en mathématiques et entraîneur du club de natation à l'Université Laval, cherchait un moyen de financer son club d'entraînement. Dès la deuxième année, compte tenu du succès de cette première opération, la Société de l'Assurance Automobile (organisme d'Etat) a versé une importante subvention. Depuis, l'Opération Nez rouge est reconduite chaque année et la tradition est maintenue : l'intégralité des dons reçus est reversée à des organismes de jeunes, reconnus et de préférence liés au sport amateur. L'Opération Nez rouge est notamment devenue une importante campagne de sensibilisation nationale contribuant à faire diminuer le nombre d'accidents de la route liés à la conduite en état d'ébriété ou de fatigue... Reposant sur un message sympathique voire humoristique et non moralisateur, l'opération a permis de faire évoluer les mentalités. En effet, la plupart des gens planifient désormais leur retour à la maison en début de soirée, ils ont en poche le numéro de téléphone d'un ami, d'un taxi ou... de l'Opération Nez rouge pendant les fêtes. Avec plus de 45 000 bénévoles, ce service accomplit d'une année sur l'autre, environ 100 000 raccompagnements. Quatre vingt quatorze % des appels concernent un excès d'alcool (3 % la fatigue, 3 % autre)... Majoritairement, la clientèle appelle à la sortie des bars (36,5 %) et choisit le domicile comme lieu de destination (94,3 %).

Dix-sept ans après sa création, l'Opération Nez rouge est reconnue comme un concept phare qui s'est étendu à une centaine de régions : 27 au Canada (soit 5 provinces), 20 en Suisse, le Québec étant entièrement couvert et... en France, l'Opération Nez rouge couvrira la ville de Strasbourg, les 24 et 31 décembre prochain, dès 21 heures ■

¹ Un chauffeur, un partenaire et une escorte motorisée chargée du transport de l'équipe jusqu'au client et après le service rendu

« Si tu as le nez rouge faut pas toucher au volant l'Opération Nez Rouge ira te chercher gentiment »
Extrait de la chanson thème « Opération Nez Rouge »

« La seule exigence pour le client est de posséder ou d'avoir la responsabilité d'un véhicule au moment de l'appel »

Sources : d'après un entretien avec M. François Lemelin, adjoint aux communications
Secrétariat national de l'Opération Nez rouge au Québec
Site Web : www.nezrouge.videotron.com

Opération Nez rouge
Strasbourg : www.chez.com/operationnezrouge

Une campagne radio en direction des jeunes Opération « et toi avec l'alcool, tu en es où ? »

Une opération de sensibilisation à destination des journalistes des radios de la bande FM va être réalisée par la Cnamts et le CFES, en novembre et décembre 2001. L'objectif est de les inciter à créer des émissions adaptées à leurs auditoires respectifs, sur le thème des risques sociaux liés à la consommation d'alcool.

Ainsi, un dossier de presse et un CD Audio seront adressés à 800 radios locales.

Ces CD Audio contiendront tout d'abord une mini-conférence de presse avec une prise de parole institutionnelle¹ permettant d'indiquer clairement qui est l'émetteur de la campagne. Ils contiendront également de nombreuses chroniques mettant en scène des situations de risques sociaux liés à une consommation d'alcool. Des moyens concrets pour réduire ces risques seront également suggérés. Dans ces chroniques, il sera possible d'entendre des témoignages de « jeunes » anonymes et des acteurs de prévention du réseau de l'Assurance maladie et de l'Association nationale de prévention de l'alcoolisme (ANPA).

Les journalistes pourront sélectionner les chroniques qui les intéressent et construire des émissions sur les situations à risque telles que : conduite en état d'ivresse ; perte de mémoire (*black out*), malaises et lenteurs au travail après une soirée alcoolisée ; « défonce » en groupe ; « défonce isolée » ; handicap et responsabilité à la suite d'une prise de risque au volant ; prise de risques sexuels ; angoisse et sentiment de viol ou de culpabilité après un rapport sexuel en état d'ébriété ; repli sur soi, sentiment d'isolement vis-à-vis des autres dès que l'on a trop bu ; incapacité à se contrôler, violences verbales et physiques ; violence incontrôlée.

Les chroniques renverront vers le numéro vert 113 de Drogues Alcool Tabac Info Service (DATIS)².

Les journalistes des radios FM désireux d'avoir des invités pourront aussi faire appel aux acteurs locaux de prévention en s'adressant aux Caisses d'Assurance maladie et aux structures départementales du réseau ANPA (CDPA)³ ■

¹ Une interview de M. Christian Schoch, responsable du département des politiques de santé de la Cnamts.

² Ligne téléphonique anonyme et gratuite, 7 jours 7, 24 heures sur 24

³ Comités départementaux de prévention de l'alcoolisme

De nombreuses chroniques mettront en scène des situations de risques sociaux liés à une consommation d'alcool et suggéreront des moyens concrets pour les réduire

Contact presse pour cette opération – Agence Tam.
Tam Martina BILLER :
04 72 84 95 22

Des chiffres pour situer l'ampleur du problème « alcool »

- **23 000** : le nombre de décès directement dus à une consommation excessive et régulière d'alcool en 1998.
- **45 000** serait un chiffre plus près de la réalité si l'on inclue les décès pour lesquels l'alcool agit comme facteur déterminant ou aggravant (accidents de la route, homicides, suicides, certains cancers ou certaines maladies pulmonaires).
- **5** : à âge égal, les hommes meurent 5 fois plus que les femmes d'une consommation éthylique chronique.
- **3** : c'est le coefficient multiplicateur de la mortalité chez les sujets veufs ou divorcés par rapport aux personnes mariées.
- **65** : c'est à 65 ans que la mortalité due à l'alcool est la plus élevée (supérieure à 200/100 000) chez l'homme. Elle décroît ensuite progressivement.
- **10** et **11** sont respectivement les coefficients multiplicateurs de la surmortalité des ouvriers et employés par cirrhose ou par cancers des voies aérodigestives supérieures (bouche, gorge, œsophage) par rapport aux cadres supérieurs et professions libérales.
- **30 %**, c'est le taux de surmortalité due à l'alcool des hommes français (donnée 1994) comparés aux Européens. Cela leur donne le triste privilège de détenir le record de la mortalité liée à l'imprégnation éthylique chronique.
- **40 %** caractérise la baisse de la mortalité tant par cirrhose que par cancers des voies aérodigestives supérieures, en France, au cours de ces 20 dernières années. Mais cette baisse qui était rapide dans les années 80 a une très nette tendance à s'infléchir ; on a même noté une légère augmentation du taux de décès par ces causes en 1997 et 1998 ■

Référence :
*Expertise collective Inserm
2001 « Alcool, effets
sur la santé » pp 339-358*