

# Toute consommation d'alcool comporte des risques pour la santé

**Chloé Marques,**  
chargée d'études scientifiques, unité addictions,  
**Guillemette Quatremère,**  
chargée d'études scientifiques, unité addictions,  
**Raphaël Andler,**  
chargé d'études scientifiques, unité addictions,  
**Viêt Nguyen-Thanh,**  
responsable de l'unité addictions,  
direction de la prévention et de la promotion  
de la santé, Santé publique France.

**M**algré une forte diminution de la consommation annuelle moyenne d'alcool pur chez les Français de plus de 15 ans au cours des cinq dernières décennies (passant de 26,0 litres en 1961 à 11,7 litres en 2017), les niveaux de consommation restent importants. En France métropolitaine en 2017, d'après les résultats du *Baromètre de Santé publique France*, 87 % des 18-75 ans déclaraient avoir consommé de l'alcool au moins une fois dans l'année, 10 % d'entre eux déclaraient consommer de l'alcool tous les jours et 5 % déclaraient en consommer six verres ou plus lors d'une même occasion chaque semaine [1]. Pourtant, la consommation d'alcool est le premier facteur de risque de mortalité prématurée et d'incapacité chez les 15-49 ans au niveau mondial en 2016 [2] et elle fait partie des trois premières causes de mortalité évitable en France [3]. On estime que 41 000 décès d'adultes de 15 ans et plus en France sont attribuables à l'alcool en 2015, ce qui représente 11 % de la mortalité chez les hommes de cette tranche d'âge et 4 % de la mortalité chez les femmes [3]. De plus, une étude réalisée en 2012 sur les séjours hospitaliers liés à la consommation d'alcool (dépendance, intoxication alcoolique aiguë ou pour une

maladie liée à l'alcool) rapporte qu'elle est une des premières causes d'hospitalisation en France [4].

À court terme, la consommation d'alcool est la cause de 30 % des accidents de la route mortels [5], de nombreux traumatismes – chutes ou coma éthylique, blessures, suicides et tentatives de suicide, et de risques sociaux tels que des violences envers d'autres personnes ou des rapports sexuels non protégés et/ou non désirés [6]. Ces risques immédiats sont liés à une alcoolisation plutôt aiguë que chronique.

À moyen et à long terme, la consommation d'alcool augmente le risque de survenue de sept cancers : de la cavité buccale, du pharynx, du larynx, de l'œsophage, colorectal, du foie et du sein. Elle augmente également le risque de survenue de plusieurs maladies cardio-vasculaires telles que l'arythmie cardiaque, l'accident vasculaire cérébral (AVC) hémorragique et l'hypertension. La consommation d'alcool augmente les risques de développer certaines maladies comme la fibrose et la cirrhose du foie, l'hépatite chronique, et des maladies mentales liées à l'alcool [3]. Enfin, des troubles du système nerveux apparaissent du fait de la dépendance provoquée par l'alcool.

La consommation d'alcool pendant la grossesse a des conséquences néfastes sur la mère et sur le fœtus (notamment le syndrome d'alcoolisation fœtale [7]). Par ailleurs, il ne faut pas oublier ses conséquences sociales (violences, relations avec l'entourage difficiles, précarité [8]).

Une controverse scientifique a concerné l'existence d'un seuil de consommation d'alcool en-dessous duquel il n'y aurait pas de risque pour la santé. En effet, pour une consommation d'alcool inférieure à un certain seuil – qui diffère selon les maladies et selon le sexe –, l'alcool diminue le risque de survenue de certaines pathologies : par exemple, certaines maladies coronariennes ou le diabète de type 2. Cependant, cet effet bénéfique ne tient pas la comparaison face au risque global de décès attribuables à l'alcool toutes pathologies confondues, et ce même pour une faible consommation [2-3]. Les connaissances actuelles indiquent donc que toute consommation d'alcool présente un risque pour la santé. ■

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Richard J.-B., Andler R., Cogordan C., Spilka S., Nguyen-Thanh V. *et al.* La consommation d'alcool chez les adultes en France en 2017. *Bulletin épidémiologique hebdomadaire*, 2019, n°s 5-6 : p. 89-97. En ligne : [http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/2019\\_5-6\\_1.html](http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/2019_5-6_1.html)
- [2] Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet*, 22 septembre 2018, vol. 392, n° 10152 : p. 1015-1035. En ligne : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6148333/pdf/main.pdf>
- [3] Bonaldi C., Hill C. La mortalité attribuable à l'alcool en France en 2015. *Bulletin épidémiologique hebdomadaire*, 2019, n°s 5-6 : p. 97-108. En ligne : Disponible : [http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/2019\\_5-6\\_2.html](http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/2019_5-6_2.html)
- [4] Paille F., Reynaud M. L'alcool, une des toutes premières causes d'hospitalisation en France. *Bulletin épidémiologique hebdomadaire*, 2015, n°s 24-25 : p. 440-449. En ligne : [http://www.invs.sante.fr/beh/2015/24-25/2015\\_24-25\\_1.html](http://www.invs.sante.fr/beh/2015/24-25/2015_24-25_1.html)
- [5] Ministère de l'Intérieur, Sécurité routière. L'alcool et la conduite. En ligne : <https://www.securite-routiere.gouv.fr/dangers-de-la-route/lalcool-et-la-conduite>
- [6] Le Borgès E., Quatremère G., Andler R., Arwidson P., Nguyen-Thanh V., Spilka S. *et al.* Consommation de substances psychoactives chez les jeunes en France et dans certains pays à revenus élevés. *État des lieux des modes et niveaux de consommation, et facteurs associés*. Saint-Maurice : Santé publique France, septembre 2019 : 44 p. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/alcool/documents/rapport-synthese/consommation-de-substances-psychoactives-chez-les-jeunes-en-france-et-dans-certains-pays-a-revenus-eleves-etat-des-lieux-des-modes-et-niveaux-de>
- [7] Alcool. Effets sur la santé. Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), *Expertise collective*, 2001 : 374 p. En ligne : [http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/168/expcol\\_2001\\_alcool.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/168/expcol_2001_alcool.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- [8] Alcool. Dommages sociaux, abus et dépendance. Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), *Expertise collective*, 2003, 536 p. En ligne : [http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/154/expcol\\_2003\\_alcool.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/154/expcol_2003_alcool.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## L'ESSENTIEL

► **Toute consommation d'alcool présente des risques pour la santé. En France, 41 000 décès d'adultes (âgés de 15 ans et plus) sont attribuables à l'alcool chaque année. Par ailleurs, la consommation d'alcool est la cause de 30 % des accidents mortels de la route.**