

**Addiction alcool**

*Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite.*

*Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque.*

© 2021 - Santé et prévention BTP 35.

Schéma : Santé et prévention BTP 35.

# Généralités

Le secteur de la construction est le premier concerné par les consommations d'alcool, de tabac et de cannabis (baromètre santé 2010).

## RAPPEL RÉGLEMENTAIRE

### Employeur

**Art. L4121-1 :** [...] obligation de sécurité et de résultat [...]

**Art. R 4228-21 :** [...] il est interdit de laisser entrer ou séjourner dans les lieux de travail des personnes en état d'ivresse.

### Salariés

**Art. L4122-1 :** il doit prendre soin en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa sécurité et de sa santé ainsi que celle des autres personnes concernées du fait de ses actes ou de ses omissions au travail.

## RECOMMANDATIONS

Les recommandations de Santé Public France préconisent :



Des jours sans alcool.

Pas plus de 2 verres/jour.

Pas plus de 10 verres/semaine.

### Et zéro alcool dans certaines situations :

- conduite de véhicules et engins,
- poste de sûreté et de sécurité,
- manipulation d'outils ou de machines dangereuses,
- pratique de sports à risque,
- consommation de certains médicaments,
- existence de certaines pathologies,
- grossesse.

# Quels sont les effets sur la santé ?

## EFFETS IMMÉDIATS :



## EFFETS À LONG TERME :

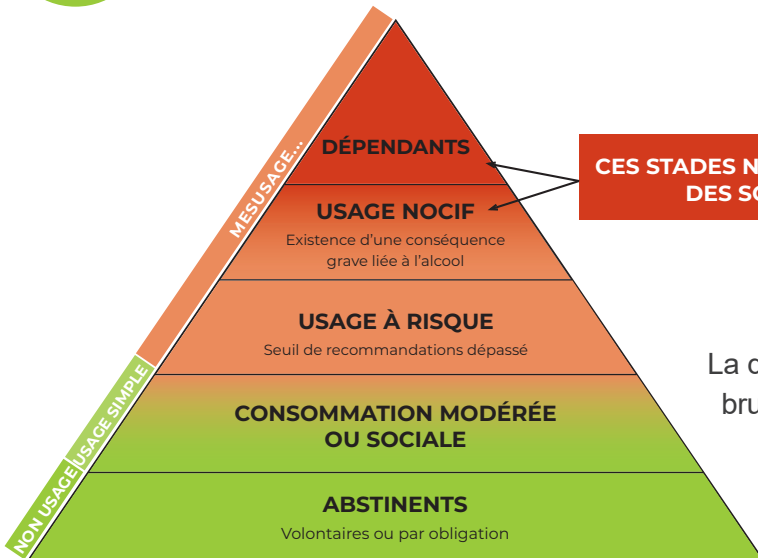
Ils dépendent de la quantité, de la vitesse de consommation, de son poids, de son sexe, du degré d'accoutumance et des éventuelles consommations associées.

La vigilance et la résistance à la fatigue diminuent  
Perte de la notion de danger  
Déshinhibition  
Troubles de l'équilibre  
Troubles de la vision  
Aggressivité  
Vomissements, malaises voire coma éthylique

Cancer  
Maladie du foie  
Troubles cardio-vasculaires  
Maladies neurologiques  
Troubles psychiques



## LES NIVEAUX D'USAGE



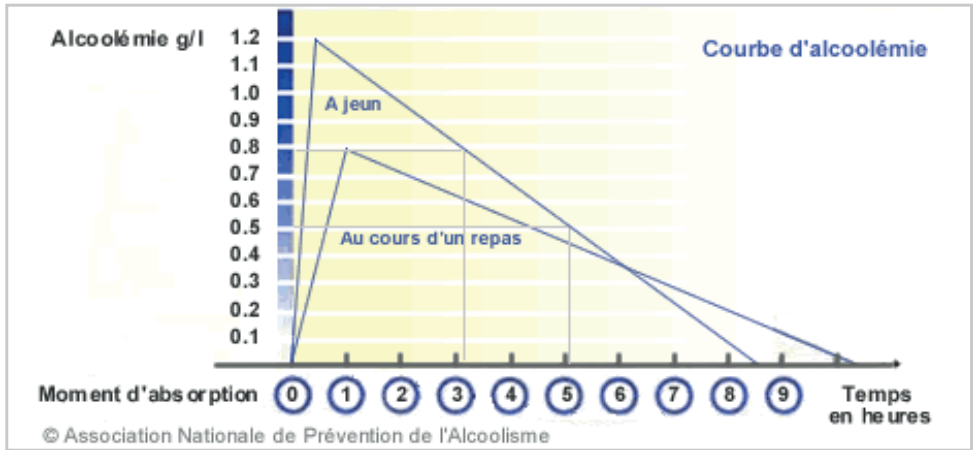
CES STADES NÉCESSITENT DES SOINS

La dépendance peut être brutale ou progressive.

PYRAMIDE DE SKINNER



## DÉLAIS D'ÉLIMINATION DE L'ALCOOL



Il faut 1h30 à 2h pour éliminer 1 verre standard.



## ALCOOL ET RISQUES PROFESSIONNELS

L'altération des perceptions augmente :

- ⚡ le risque routier
- ⚡ le risque traumatique
- ⚡ le risque de chute

	→	→
Cas général	<p>de 0 à 0,49g/l dans le sang (de 0 à 0,24mg/l d'air expiré)</p> <p><b>HORS SANCTION</b></p>	<p>de 0,50 à 0,79g/l dans le sang (de 0,25 à 0,39mg/l d'air expiré)</p> <p><b>CONTRAVENTION DE 4<sup>ème</sup> CLASSE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Amende : 135€</li> <li>• Retrait de points : 6</li> <li>• Permis : suspension de 3 ans maximum</li> </ul>
		<p>≥ 0,8g/l dans le sang (supérieur ou égale à 0,40 mg/l d'air expiré)</p> <p><b>DÉLIT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Amende : 4 500€</li> <li>• Retrait de points : 6</li> <li>• Permis : annulation du permis jusqu'à 3 ans,</li> <li>• Prison : 2 ans maximum</li> </ul>

Source : [www.securite-routiere.gouv.fr](http://www.securite-routiere.gouv.fr)

# Comment repérer votre niveau de consommation ?

Votre service de santé au travail est un des interlocuteurs privilégiés sur cette question. Vous pouvez aussi vous référer au **questionnaire FACE** ci-après. Cinq questions qui peuvent vous aider au repérage des consommations problématiques d'alcool.

## Questionnaire FACE

### Au cours des douze derniers mois

1 - À quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Jamais : 0                 | <input type="checkbox"/> 2 à 3 fois/semaine : 3     |
| <input type="checkbox"/> Une fois/mois ou moins : 1 | <input type="checkbox"/> 4 fois ou plus/semaine : 4 |
| <input type="checkbox"/> 2 à 4 fois/mois : 2        |   |

2 - Combien de **verres standard** buvez-vous au cours d'une journée habituelle ?

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 1 ou 2 : 0 | <input type="checkbox"/> 7 à 9 : 3      |
| <input type="checkbox"/> 3 ou 4 : 1 | <input type="checkbox"/> 10 ou plus : 4 |
| <input type="checkbox"/> 5 ou 6 : 2 |   |

### Au cours de toute votre vie

3 - Votre entourage vous a-t-il fait des remarques au sujet de votre consommation d'alcool ?

- |                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Non : 0 | <input type="checkbox"/> Oui : 4 |
|----------------------------------|----------------------------------|

4 - Avez-vous déjà eu besoin d'alcool le matin ?

- |                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Non : 0 | <input type="checkbox"/> Oui : 4 |
|----------------------------------|----------------------------------|

5 - Vous arrive-t-il de boire et de ne plus vous souvenir ensuite de ce que vous avez pu dire ou faire ?

- |                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Non : 0 | <input type="checkbox"/> Oui : 4 |
|----------------------------------|----------------------------------|

## SCORE

### Hommes

Score inférieur à 5 : risque faible ou nul.  
Score de 5 à 8 : consommation excessive.  
Score supérieur à 8 : risque de dépendance.

### Femmes

Score inférieur à 4 : risque faible ou nul.  
Score de 5 à 8 : consommation excessive.  
Score supérieur à 8 : risque de dépendance.

# Comment se faire accompagner ?



## Numéros de téléphone et sites internet d'information :

- Écoute alcool : **0 811 91 30 30**.
- Alcool info service : [www.alcool-info-service.fr](http://www.alcool-info-service.fr)
- Addict Aide : [www.addictaide.fr](http://www.addictaide.fr)
- Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie : [www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr)
- Entourage : [www.reseau-addictions35.org/entourage](http://www.reseau-addictions35.org/entourage)
- Médecin traitant.
- Médecin et infirmier du travail.

## Pour aller plus loin, votre service de santé au travail peut vous fournir :

- Une fiche pratique : en cas de troubles du comportement d'un salarié sur le lieu de travail.

## LES CENTRES DE SOINS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE (CSAPA)

CSAPA FOUGÈRES	Centre Hospitalier de Fougères Niveau Rez-de-chaussée surélevé 133 rue de la Forêt 5300 FOUGÈRES Téléphone : 02 99 17 73 91
CSAPA MELAINE RENNES	39 rue St Melaine 35000 Rennes Téléphone : 02 99 38 01 53
CSAPA REDON	Centre Hospitalier Rue de Galerne 35600 Redon Téléphone : 02 99 71 71 28
CSAPA VITRE	16 Boulevard Denis Papin 35500 VITRE Téléphone : 02 99 74 14 68
CSAPA SAINT-MALO	Le Rosais 80, boulevard du Rosais 35403 SAINT-MALO Téléphone : 02.99.21.22.30

## AUTRES LIEUX DE CONSULTATIONS EN ALCOOLOGIE

CHU de Rennes Consultation d'alcoologie (compter 2 mois de délai sans ordonnance)	Centre Hospitalier de Fougères Niveau Rez-de-chaussée surélevé 133 rue de la Forêt 35300 FOUGÈRES Téléphone : 02 99 17 73 91
Clinique Saint- Laurent Consultation d'alcoologie (Sur ordonnance obligatoirement - Compter 1 mois de délai)	Service addictologie Avenue du Général Patton 35700 Rennes Téléphone : 02 99 25 65 00

Consultations Gratuites - Financées par les caisses de  
Sécurité Sociale - (Venir avec Carte Vitale si possible)

# Nos centres de consultations du service



Parlez-en à votre médecin du travail.



En savoir plus : [www.santeprevention35.fr](http://www.santeprevention35.fr) ou [contact.btp@santeprevention35.fr](mailto:contact.btp@santeprevention35.fr)

**CENTRE DE RENNES**  
1 allée du Bâtiment  
BP 41609  
35016 RENNES Cedex

02 99 38 96 11

**CENTRE DE CESSON-SÉVIGNÉ**  
15 rue du Bas Village  
35510 CESSON-SÉVIGNÉ

02 99 86 78 87

**CENTRE DE FOUGÈRES**  
8 rue Gaston Cordier  
35300 FOUGÈRES

02 99 17 03 71