



© Isabelle Clément

(12 décembre 2001)

## L'alcool, cette drogue banalisée

**SANTÉ · Un psychiatre s'interroge: «Des parents me téléphonent parce que leur enfant fume. Pourquoi personne ne me téléphone-t-il parce que son enfant boit?» L'alcool, ce psychotrope légal et pourtant redoutable.**

GAVRILO BOZOVIC

Vendredi, 21 h. Un bar sur Pérolles. Un groupe de jeunes s'installe à une table et commande la première tournée. Ils sont bientôt rejoints par d'autres. Les bières s'accumulent sur la table, jusqu'à ce qu'ivresse s'ensuive. Dans le bistro personne n'est choqué.

L'alcool, légal, est bien ancré dans les moeurs locales: il n'est visiblement un problème pour personne. Et pourtant, il est, après la nicotine, le deuxième psychotrope le plus répandu au monde, et le premier psychotrope agressif. Lors de consommations excessives, il entraîne des lésions cérébrales irréversibles et des effets tels que le delirium lors de manque.

Y a-t-il une raison de s'étonner de cette acceptation de l'alcool dans notre société? De fait, il n'est pas, pour les jeunes, l'un des problèmes principaux. Le vrai alcoolisme ne survient qu'après la fin de l'adolescence, souvent causé par un manque de confiance en soi, mais aussi, souvent, par un vrai trouble psychologique. Selon les termes de Claude Ühlinger, médecin psychiatre, thérapeute de famille, spécialiste en addictions, médecin sous-directeur du Centre psychosocial de Fribourg et responsable de l'unité spécialisée en toxicomanie: «Près de la moitié des gens qui viennent nous voir pour un problème de drogue ont un problème psychique associé. Ce sont des malades mentaux, qui très souvent consomment des substances pour traiter leurs difficultés psychiques. C'est ce qu'on appelle le modèle d'automédication.»

Ces troubles se manifestent généralement à la fin de l'adolescence, précédant la dépendance à un psychotrope. Il y a distinction entre les affections psychiques dues à l'alcool, auquel cas, lors d'un arrêt de la consommation, les symptômes disparaissent. Dans un cas de maladie mentale, un arrêt de la consommation fait ressortir la maladie d'une façon spectaculaire. Un autre facteur favorisant la dépendance des personnes malades mentales est le refus de cette affection. «Les

personnes qui sont dépendantes d'une substance psychotique préfèrent être étiquetées d'alcoolique ou de toxicomane que de personne malade mentale. Il y a un déni important dans cette population de la maladie mentale, il y a un tabou», signale le docteur Ühlinger.

## **ET LE CANNABIS?**

Quelles qu'en soient les causes, l'alcool chez les jeunes n'est pas considéré comme un problème en raison de plusieurs facteurs. En premier lieu, sa légalité et son acceptation sociale font que l'alcool et sa consommation ne causent pas de peur. «De nombreux parents téléphonent pour dire: «Mon fils fume, qu'est-ce que je dois faire? [...] mais je n'ai jamais eu de parents qui m'appellent pour me dire «J'ai trouvé une bouteille de bière dans l'armoire de mon fils, qu'est ce que je dois faire», témoigne M. Ühlinger. Le deuxième facteur est le tabou qui l'entoure. L'alcool étant, comme dit précédemment, le psychotrope «méchant» le plus utilisé à travers le monde: «Il y a un conflit d'intérêt entre l'utilisation de l'alcool et ses méfaits. Un moyen qu'a trouvé l'individu pour se débarrasser de ce conflit c'est de le mettre de côté, de faire un déni social et de le tabouiser..

D'ailleurs, les jeunes eux-mêmes ferment les yeux sur ce problème. Pensez-y: la consommation, et même l'abus de cannabis est «accepté», personne n'a d'objection lorsque quelqu'un sort un joint dans une fête, et continue comme ça jusqu'à ce que la matinée soit déjà bien avancée. Tout le monde le sait, tout le monde en parle, il n'y a pas de problème. Imaginez maintenant qu'une personne s'enivre, puis reprenne une bière le lendemain matin, et le fasse régulièrement. Ou bien une autre qui boit de la bière pour accompagner son repas de midi d'étudiant. Ça se sait aussi, mais on n'en parle pas, il y a une certaine gêne associée à de tels comportements. Peut-être est-ce dû à la peur que suscite cette consommation: en effet, le cannabis a longtemps été considéré comme pratiquement inoffensif<sup>1</sup>, alors que chacun connaît les risques et les dérives de l'alcool. Les ivrognes prêtent à rire, mais chacun est conscient que le danger guette de nombreuses personnes. Pourtant rares sont ceux qui osent tirer la sonnette d'alarme en matière d'abus chez les jeunes, contrairement à la polémique autour du cannabis. GB

1 De récentes études montrent cependant que le cannabis entraîne des lésions cérébrales irréversibles, même en cas de consommations récréationnelles. Mais, comme pour l'alcool, même l'acceptation de ce fait n'empêchera pas cette drogue d'être consommée (*Science & Vie* N° 1008, septembre 2001, p. 114).

## **L'abus d'alcool est relatif**

Des signes clairs montrent qu'une personne souffre d'une consommation excessive d'alcool. Ces signes sont: le fait de boire tout au long de la journée, même en faibles quantités, des tremblements en cas d'abstinence durant un certain temps, une agressivité et une irritabilité permanente et plus élevée qu'à l'accoutumée, ainsi que la simple consommation de façon régulière, qui signifie que la personne a du mal à se passer de sa dose quotidienne. Cette liste n'est pas exhaustive, et ne pourrait l'être, car certains signes peuvent être propres à la personne concernée.

## **LE PROBLÈME EST NIÉ**

Il est difficile d'aider une personne abusant d'alcool, et ce pour plusieurs raisons. Tout d'abord, la notion d'abus est très relative. Une personne abstinentes peut être choquée par la consommation d'alcool lors d'une fête, sans que celle-ci soit réellement dommageable, de même qu'une personne consommant excessivement considère souvent sa consommation comme raisonnable, si ce n'est modérée. La consommation de l'entourage peut aussi influencer cette perception: une personne entourée d'alcooliques peut consommer excessivement sans s'en rendre pleinement compte.

Un autre problème pour venir en aide à un jeune alcoolique est le fait que beaucoup d'entre eux n'en souhaitent pas, car accepter une aide est aussi accepter le fait d'avoir un problème, et de ne pouvoir s'en charger seul. Si toutefois la personne reconnaît avoir un problème, et souhaite une aide (ce qui est très rare), le mieux est de l'orienter vers un médecin généraliste, qui saura quelle institution spécialisée est adaptée à son cas. Il n'existe pour l'instant aucun centre spécialisé dans le traitement des jeunes alcooliques, car d'autres drogues font plus de dégâts, et nécessitent des institutions. Dans la plupart des cas, un traitement combiné entre médecine et psychiatrie sera nécessaire, mais ce traitement devra être adapté à la personne.

GB

### **Un rite de passage**

Qui n'a pas eu sa cuite à quinze ans dans un souper de classe? Et cet abus systématique est accepté, car chacun est passé par là. Dès lors, il est difficile de définir une limite à la surconsommation d'alcool.

Pour les jeunes réellement alcooliques, c'est souvent à cet âge que la dépendance commence. Rares sont ceux qui abusent de l'alcool à cause de son goût. On le consomme surtout pour ses effets, qui pour s'exprimer plus facilement en société, qui pour oublier ses problèmes. Chez certains, plus rares, la consommation sciemment abusive d'alcool est un appel à l'aide.

Le fait que la consommation commence au même moment pour pratiquement tout le monde et de la même façon affaiblit aussi considérablement la portée des campagnes de prévention, comme celles de l'Office fédéral de la santé publique («Un dernier verre et je me casse», «ça débouche sur quoi?», etc.), qui visent surtout un public plus âgé, qui pourrait remettre en question la quantité d'alcool qu'il absorbe. Les jeunes sont moins sensibles à ce message «Stop alcool». L'alcool, pour eux, n'est pas de consommation quotidienne, mais de fête, et, en raison de la consommation généralisée durant ces fêtes, il paraît pratiquement impossible de sensibiliser un adolescent aux risques qu'il encourt à long terme en s'amusant avec ses amis. De plus, de nombreux jeunes commencent à boire avec la bénédiction de leurs parents, au cours de dîners de fêtes, arrosés de quelques verres de vin. Même ceci peut, pour des jeunes plus fragiles, entraîner une dépendance, à court terme. GB