



Informations à l'attention des médias

Deuxième vague de la campagne nationale de prévention des problèmes liés à l'alcool

25.8.2016

1 Contexte

Du 1^{er} au 22 septembre 2016 se déroulera la deuxième vague de la campagne nationale de prévention des problèmes liés à l'alcool, un projet que l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) mène en partenariat avec Addiction Suisse, des associations professionnelles des trois régions linguistiques et plusieurs cantons.

Des annonces et des bannières, entre autres, appelleront les citoyens à réfléchir sur leur propre consommation d'alcool. Un nouveau court métrage destiné à la diffusion sur les réseaux sociaux et, si possible, par le biais de la presse en ligne a en outre été produit pour l'occasion. Le film est téléchargeable depuis le site <ftp://client.havasworldwide.ch/> (identifiant : bagalcohol ; mot de passe : preview-film).

Nota bene : délai d'embargo du lien : 1^{er} septembre à 10 h 30 (communiqué de presse de l'OFSP sur www.news.admin.ch)

Site officiel avec quiz au graphisme amusant, pages dédiées au savoir, aide, conseils et matériel pour la campagne : www.alcohol-facts.ch

2 Présentation

Campagne et film

La campagne porte sur les changements de perception induits par l'alcool. Plus on boit, plus la perception qu'on a de soi et celle que les autres ont de nous divergent : on se trouve cool alors que pour eux on est plutôt pénible. On fait des choses qu'on n'envisagerait jamais en étant sobre ou en ayant bu raisonnablement, car on se laisse gagner par certaines « pulsions ». La scène peut devenir très gênante (hélas, sans aucune possibilité de retour en arrière) et même être filmée. Elle peut aussi dérapier avec, par exemple, des accès de violence, des trous noirs, des dégradations matérielles ou des relations sexuelles non protégées. En bref, il y va surtout des répercussions psychosociales, plus que des effets sur la santé, de l'attitude plus que du foie. Les questions qui surgissent sont : quelles conséquences est-on prêt à supporter ? Trop, c'est combien ?

Le nouveau film de la campagne thématise la tentation de se sentir libéré et vraiment cool grâce à l'alcool. Ce sont en effet ces raisons qui poussent de nombreuses personnes à consommer de l'alcool, les jeunes en particulier. Dans ces cas-là, les dangers pour la santé et les risques d'accident sont relégués à l'arrière-plan.

Perception de soi et par les autres : aspects psychosociaux

- La consommation d'alcool agit sur la perception de soi. Quelqu'un qui a bu a, subjectivement, une meilleure perception de lui-même (il se sent plus performant), alors que l'alcool réduit les capacités physiques et mentales. Ce changement de perception peut s'avérer particulièrement tragique (p. ex., au volant) et joue également un rôle dans le comportement agressif ou violent de certaines personnes.
- Le simple fait de croire que l'on boit de l'alcool, alors que ce n'est pas le cas, suscite l'effet recherché.

- L'alcool réduit en outre de manière subjective l'anxiété sociale. Ce fait contribue manifestement beaucoup à ce que les personnes très timides, qui éprouvent moins de craintes et parviennent donc mieux à interagir avec les autres sous l'influence de l'alcool, développent une dépendance. Force est de constater que les patients souffrant de phobie sociale finissent souvent par présenter une dépendance à l'alcool.
- Lorsque l'on doit prendre une décision à partir de deux impulsions liées à l'environnement (p. ex., danser sans retenue à la fête d'entreprise ou se montrer plutôt discret en raison de la présence du chef), c'est toujours l'impulsion prédominante demandant le moins d'efforts cognitifs qui l'emporte sous l'influence de l'alcool. L'impulsion qui domine ici est « faire la fête » ; aussi, le traitement cognitif de l'aspect le moins marqué (« présence du chef ») est-il réprimé de sorte que cette première impulsion commande le comportement et conduit, entre autres, à danser de manière débridée sur la table.

Comportement des jeunes, baisse de la consommation, raisons qui poussent à boire

Effets de l'alcool chez des jeunes de 15 ans ayant consommé dans les 30 jours précédents (HBSC 2014, analyse complémentaire à la question 28 ; cf. annexe I)

- 36 % des filles et 25 % des garçons ont dit ou fait quelque chose d'embarrassant
- Un tiers a eu la « gueule de bois » le lendemain
- 25 % des filles et 21 % des garçons ont eu des trous de mémoire
- 16 % ont dû vomir
- Les répercussions étaient encore plus fréquentes chez les jeunes qui avaient connu deux ivresses excessives ou plus au cours des 30 jours précédents : près de la moitié avait dit ou fait des choses embarrassantes ; presque autant avaient eu des trous de mémoire.

A compter de 1986, la proportion de personnes consommant de l'alcool ou du tabac au moins une fois par semaine a augmenté pour atteindre son maximum entre 1998 et 2002. Elle a ensuite connu un recul entre 2002 et 2006, puis une certaine stagnation entre 2006 et 2010.

De 2010 à 2014, une diminution significative de la consommation hebdomadaire d'alcool et de cigarettes a été observée, diminution de moitié concernant l'alcool.

http://www.suchtschweiz.ch/fileadmin/user_upload/R%C3%A9sum%C3%A9_RR78_F.pdf

On ne dispose pour l'instant que d'hypothèses, pas de faits probants à ce sujet. La question est : qu'est-ce qui a changé au cours des dernières années ? Les normes sociales ? Les raisons de boire ? Le cadre financier ? La présence du smartphone ? Le harcèlement en ligne ?

Une étude britannique s'est penchée sur la question et donne comme explications les plus plausibles :

- une moindre disponibilité et
- une meilleure surveillance parentale.

http://eurocare.org/library/updates/new_report_assesses_explanations_for_lower_teen_drinking#.V3Y_QPN8SaE.facebook

Une étude australienne portant sur le même sujet avance trois raisons expliquant la baisse de la consommation d'alcool chez les adolescents. Il s'agit de changements aux niveaux suivants : a) comportement des parents (consommation d'alcool, éducation, etc.) ; b) politique en matière d'alcool (restrictions de vente, programmes de prévention, etc.) ; c) comportement durant les loisirs (utilisation d'Internet et du smartphone).

Pennay et al: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/dar.12255/abstract>

L'étude JAMES révèle que les jeunes passent toujours autant de temps avec leurs amis qu'il y a quatre ans, sans toutefois préciser ce qu'ils font ensemble.

https://www.zhaw.ch/de/psychologie/forschung/medienpsychologie/mediennutzung/james/?pk_campaign=shortlink&pk_kwd=www.zhaw.ch%2Fpsychologie%2Fjames

Attention : Ce phénomène doit être considéré de manière différenciée : l'enquête auprès des élèves indique que les jeunes de 15 ans consomment aujourd'hui moins d'alcool qu'auparavant, alors que chez les 15 à 19 ans, les ivresses ponctuelles augmentent depuis 2011. D'autres signes attestent que les enfants et les adolescents (parfois très jeunes) consomment de l'alcool, bien que leur consommation hebdomadaire soit plus faible et qu'ils ne s'enivrent pas.

3 Partenaires potentiels pour des interviews

Différents interlocuteurs pourraient apporter des informations intéressantes sur le sujet.

Vie nocturne

Les gens boivent la nuit, lorsqu'ils sortent. Comment se comportent-ils et que pensent les autres de leur attitude ? Leur comportement a-t-il changé au cours des dernières années ? Comment gèrent-ils le fait qu'une vidéo embarrassante d'eux en état d'ivresse pourrait circuler (harcèlement en ligne) ? Dans certaines discothèques de Berlin (dans d'autres villes sans doute aussi), il est interdit de photographier.

- (Préalablement contacté par l'OFSP > d'accord) Alexander Bücheli, Commission des bars et des clubs de la Ville de Zurich : peut mettre en rapport avec des propriétaires de discothèque, des barmen, des videurs, etc., qui ont sûrement beaucoup à raconter... (alex@a-buecheli.ch, 076 574 49 76), www.barundclubkommission.ch
Commission des bars et des clubs suisses : www.sbck.ch
- René Akeret, président de Safer Clubbing (reneakeret@bluewin.ch, 079 755 54 81), www.saferclubbing.ch

Psychologie de la perception, aspects psychosociaux

Comment l'alcool modifie-t-il précisément la perception ? Que se passe-t-il dans le cerveau ? Quels sont les dangers qui en découlent ? Qui est plus particulièrement touché ou menacé ?

La peur/timidité diminue subjectivement : on se sent plus sûr, plus fort > risque de surestimation de soi et, au final, de dépendance par recherche continuelle de ce sentiment.

- (Préalablement contacté par l'OFSP > d'accord) P^r Holger Schmid, membre de la Commission fédérale pour les problèmes liés à l'alcool (CFAL), psychologue de la santé qui étudie notamment le comportement à risque des jeunes. Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse FHNW ; holger.schmid@fhnw.ch, 062 957 21 36
- P^r Urte Scholz, psychologue de la perception qui étudie, entre autres, comment la consommation d'alcool modifie la perception. Université de Zurich, Institut de psychologie, Département de psychologie sociale et de la santé ; urte.scholz@psychologie.uzh.ch, 044 635 72 50
- P^r Lutz Jäncke, chercheur qui étudie, entre autres, les effets de l'alcool sur le cerveau. Manifestement un brillant orateur et interlocuteur pour une interview. Université de Zurich, Institut de psychologie, Département de neuropsychologie ; lutz.jaencke@uzh.ch, 044 635 74 01

Francophone :

Nightlife

Grand Conseil de la Nuit en Suisse romande (correspond au Bar- und Clubkommission)
<http://www.grandconseildelanuit.ch/>

Stephane Caduff, directeur de la FVA.
Fondation vaudoise contre l'alcoolisme (FVA), Lausanne
Tél +41 21 623 84 84, stephane.caduff@fva.ch,

Kim Carrasco, coordinateur de la plateforme nightlife du GREA. kcarrasco@relais.ch, 021 323 60 57

Corinne Kibora, porte-parole d'Addiction Suisse. ckibora@addictionsuisse.ch. Tél.: 021 321 29 75
Santé

HUG, Unité dépendance, policlinique
Dr Thierry Favrod Coune
Médecin adjoint
Thierry.Favrod-Coune@hcuge.ch
Tél. secrétariat : 022 372 95 37

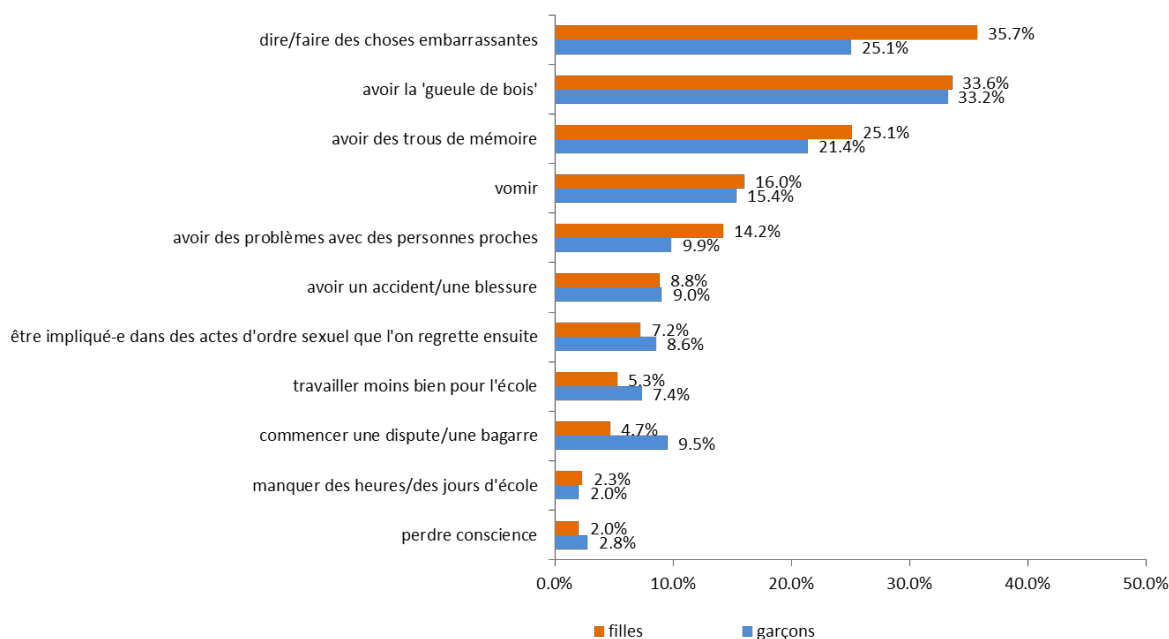
Dr. Pascal Gache
Médecin privé, alcoologue
20 rue des Deux-Ponts
1205 Genève
022 329 38 22
00 41 79 102 78 49
pascal.gache@gmail.com

Professeur Jean-Bernard Daeppen | Chef de service
Service d'alcoologie
Département de médecine et santé communautaires
Av. de Beaumont 21 Bis CHUV-1011 Lausanne Tél + 41 21 314 08 75
Mobile +41 79 556 14 77
www.alcoologie.ch

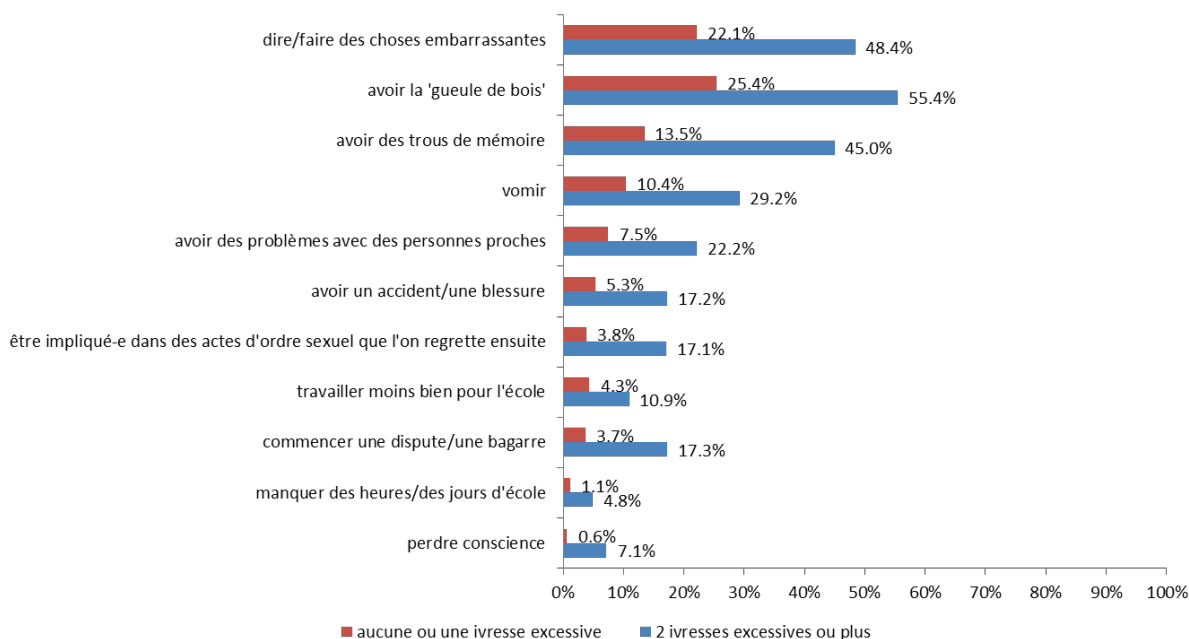
Déborah Wisler, psychologue
Centre de psychothérapie des Toises
Av. des Toises 12
1005 Lausanne
021 340 61 21
deborah.wisler@lestoises.ch

Francophone et germanophone (contacté et d'accord) :
Emmanuel Kuntsche
Coordinateur du secteur Recherche et responsable du projet, Addiction Suisse
Mène des recherches sur les raisons qui poussent à consommer de l'alcool.
ekuntsche@addictionsuisse.ch, 021 321 29 52

Proportions des élèves de 15 ans ayant consommé de l'alcool au cours des 30 derniers jours et qui **ont vécu** au moins une fois les situations suivantes après avoir bu de l'alcool, selon le sexe (HBSC 2014; plusieurs réponses possibles)



Proportions des élèves de 15 ans ayant consommé de l'alcool au cours des 30 derniers jours et qui **ont vécu** au moins une fois les situations suivantes après avoir bu de l'alcool, **selon la fréquence des ivresses ponctuelles*** au cours des 30 derniers jours (HBSC 2014; plusieurs réponses possibles)



Annexe II

Abbildung 2. Trend des Konsums von Zigaretten (aktuell mindestens wöchentlich), Alkohol (aktuell mindestens wöchentlich) und Cannabis (mindestens einmal in den letzten 30 Tagen) bei 15-Jährigen, nach Geschlecht und Untersuchungsjahr, HBSC 1986-2014

