

Face aux alcoolisations excessives: prévenir les dommages immédiats

Michel Graf, directeur-adjoint de l'Institut de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies, ISPA, Lausanne

Ce n'est que récemment que la prévention des problèmes liés à l'alcool s'est préoccupée de réduire concrètement les conséquences directes des excès ponctuels, entrant ainsi dans le concept de réduction des dommages. Nez rouge a fait en ce sens œuvre de pionnier. Ce sont plus des écueils conceptuels que pratiques qui retiennent les spécialistes de développer de telles approches préventives.

Boire responsable

Dans le domaine de l'alcool, la prévention s'est attachée depuis quelques années à inciter la population à consommer de manière modérée, réfléchie. Ainsi, à côté des approches politiques, qui visent à réduire l'accès aux boissons alcooliques par diverses mesures, des approches éducatives et incitatives se sont développées. Elles s'adressent aux individus, les invitant à adopter une consommation d'alcool modérée, selon le credo de l'OMS (1992): "*Boire moins, c'est mieux!*", que nos collègues d'Educ'alcool du Québec ont si bien traduit en: "*La modération a bien meilleur goût!*". En 1984 déjà, nos voisins français avaient créé un slogan qui non seulement évoque la quantité, mais rappelle aussi que trop boire génère des problèmes de sécurité: "*Un verre ça va, trois verres, bonjour les dégâts!*". Ce slogan fait écho à l'universel: "*Boire ou conduire, il faut choisir!*", qui veut éveiller lui aussi le sens de la responsabilité de chacune et chacun. Chez nous, la brochure "*Trop, c'est combien?*" (ISPA) clarifie la notion de modération et donne en outre des recommandations pour boire sans -se- créer de problèmes.

En prévention primaire, on cherche à sensibiliser les jeunes aux divers risques que la consommation d'alcool peut générer, pour réfléchir aux moyens de ne pas en arriver là. Le message sous-jacent part du principe que pour éviter les problèmes liés aux abus d'alcool, il faut éviter les abus. Ici encore, une démarche d'auto-

responsabilisation de l'individu est proposée.

On le voit, l'ensemble de ces stratégies vise à induire un comportement raisonnable en matière de consommation d'alcool, en comptant essentiellement sur la responsabilité individuelle pour y parvenir. De fait, l'enquête de l'ISPA sur la consommation d'alcool à risque en Suisse¹, menée à fin 1998 dans le cadre du programme "alcool" de la Confédération, nous montre que 76% de la population adopte une consommation modérée, à faible risque. Voilà pour le volet rassurant...

La limite de ces approches

Lorsque le comportement est inadéquat, qu'il y a excès ponctuel, ces stratégies se bornent à rappeler que ceux-ci comportent des risques élevés d'accidents, de violence, de dérapages sociaux, etc. Si ces mises en garde sont certes indispensables, elles ne sont pas suffisantes. De fait, bon nombre de personnes se trouvent, une fois ou l'autre, de manière exceptionnelle ou fréquente, dans une situation d'abus d'alcool, et donc confrontées à de nombreux risques. A ce moment-là, les conseils et recommandations n'ont que très peu d'effets. Faut-il dès lors laisser ces personnes assumer les conséquences de leurs abus, au risque qu'elles créent de graves dommages à elles-mêmes et à d'autres? C'est à partir de cette question fondamentale que de nouvelles approches doivent se développer.

L'excès ponctuel: pas si rare que ça, mais...

Dans l'enquête ISPA citée plus haut, 17% des personnes – soit 912'000 personnes! - ont une consommation excessive ponctuelle d'alcool. C'est dans la tranche d'âge des 15 à 34 ans que l'on trouve la plus grande proportion des consommateurs abusifs (31% des 15-24 ans et 17,5% des 25 à 34 ans). Les spécialistes de la prévention doivent prendre acte qu'un grand nombre de personnes font le choix de boire occasionnellement de manière excessive. Il est troublant de constater que nous - notre société, notre culture - nous refusons à y voir là un vrai problème. Le débat sur l'abaissement du taux d'alcoolémie sur nos routes en est une incroyable démonstration! "*Boire trop, ça peut arriver à tout le monde, alors...*", entend-on lorsqu'on évoque ce problème. Cette absence de prise de conscience se traduit jusque dans notre vocabulaire - français et allemand - qui n'a aucun mot, verbe ou adjectif pour qualifier ce qui est pourtant une manière de boire courante chez nous. La culture anglo-saxonne, par comparaison, a "officialisé" ce comportement et parle de "binge drinking". N'attendons cependant pas une évolution linguistique pour réagir et prévenir, car, toujours selon l'enquête ISPA, 26% de ces consommateurs déclarent avoir des problèmes sociaux (au travail, avec la police, des accidents, des disputes, etc.) à cause de leur consommation.

D'abord l'airbag

Ces consommateurs excessifs ponctuels ne sont pourtant pas insensibles aux injonctions de modération et de comportement raisonnable, puisque leur consommation quotidienne se situe en dessous de 2-3 verres par jour. Cependant, ces personnes ne sont pas suffisamment conscientes des risques pris en cas d'abus. Elles doivent donc, lorsqu'elles ont trop bu, être protégées des dommages qu'elles peuvent créer à elles-mêmes et aux autres. C'est en effet au moment où un individu n'a plus suffisamment de capacité de jugement pour faire le bon choix et éviter la prise de risque - soit lorsque l'alcool réduit fortement le discernement - qu'il faut mettre en place des stratégies de réduction des dommages, sans que la personne concernée ne doive en prendre elle-

même l'initiative. Un peu à l'image de l'airbag d'une voiture, qui se déclenche exactement à l'instant de l'impact, sans que le conducteur n'ait à intervenir. Relevons dans cette analogie que l'airbag est une mesure qui agit exclusivement sur le dommage potentiel, sans intention d'influencer la manière de conduire de l'individu. En matière de consommation d'alcool, on doit chercher à développer des stratégies similaires, qui auront prioritairement un impact sur les conséquences de l'abus plutôt que sur la décision du consommateur. En somme, gérer d'abord l'urgence.

Tout se permettre?

Reste que ce type d'approche vise tout de même à responsabiliser les individus à long terme. Après avoir joué au pompier de service, la prévention veut aussi inciter les personnes qui font des excès à modifier leurs habitudes. Cependant, dans un premier temps, il ne leur sera pas demandé de réduire leur consommation d'alcool, mais bien d'éviter les problèmes qui peuvent s'en suivre. Il s'agit là d'une approche plus pragmatique qu'idéaliste. Cela étant, si la priorité est la réduction des dommages immédiats, ces stratégies ne doivent en aucun cas donner l'impression que l'abus d'alcool est approuvé ou, pire encore, valorisé. Ainsi, dans chacune des actions menées, une part du message doit clairement encourager à boire moins. Toutefois, on ne parle pas ici de modérer, mais bien de réduire l'excès. C'est que, rappelons-le, l'objectif premier de cette approche est de réduire les dommages immédiats, comme les accidents de la route, les bagarres, les agressions sexuelles, en particulier.

Ainsi, on doit faire momentanément abstraction des recommandations du programme "alcool" de la Confédération, qui placent la limite de l'excès ponctuel à 4-5 verres par occasion exceptionnelle. Ces limites tiennent en effet aussi compte des risques à long terme pour la santé physique que de tels abus induisent, conséquences qui ne sont pas intégrées dans les stratégies de "l'urgence ponctuelle" discutées ici.

Des écueils philosophiques

La mise en place d'actions de réduction des dommages dus aux alcoolisations

excessives se heurte à divers écueils, dont le regard social n'est pas le moindre. Ainsi, notre société, qui tend à banaliser et minimiser les conséquences sociales des abus d'alcool freine l'émergence de besoins de prévention. Le processus politique décisionnel n'est guère motivé pour soutenir ce concept. Par ailleurs, ce discours ne va-t-il pas inciter des gens à boire plus? Si des mesures de protection des risques sont mises en place, pourquoi s'inquiéter et boire moins? La démarche de réduction des dommages n'est-elle pas déresponsabilisante? Annule-t-on tout le travail de prévention primaire? Y a-t-il contradiction avec le concept de modération? Et puis, peut-on laisser entendre aux gens qu'ils peuvent boire jusqu'à l'excès? N'est-ce pas une manière de cautionner leur comportement?

Tant de questions, auxquelles il faut réfléchir et répondre avant de se lancer dans des actions de réduction des dommages.

L'exemple: Nez rouge

Nez rouge, à son arrivée en Suisse, a suscité ces réticences et ce questionnement. Sa réalisation concrète a toutefois démontré que ces appréhensions peuvent aisément être dépassées, en appliquant un concept rigoureux et riche en complémentarités. Dans le canton du Jura d'abord, puis petit à petit dans tout le pays, les Opérations Nez rouge ont permis à de nombreuses personnes de rentrer chez elles en évitant de risquer l'accident de la route, sans pour autant faire grimper les ventes d'alcool des établissements publics. Le concept, venu du Québec, possède en effet toutes les qualités requises pour faire la démonstration d'une approche de réduction des dommages réussie:

- pas de message moralisant
- une offre concrète, allant au-delà du simple "Boire ou conduire"
- un contexte clair, ciblé: la période des fêtes de fin d'année, où le "raisonnable" n'est pas forcément de mise
- un message sous-jacent, invitant à la réflexion à long terme: la prochaine fois, comment ferez-vous sans Nez rouge?
- la mobilisation de bénévoles et la médiatisation de l'opération, ce qui ancre l'action dans la collectivité et ouvre le débat public sur la consumma-

tion d'alcool, permettant de parler aussi de la modération, comme de la dépendance.

Ainsi, à travers une action perçue largement comme utile et positive - clés du succès! -, les spécialistes de la prévention ont réussi non seulement à réduire le nombre d'accidents dus à l'alcool, mais ont pu créer un contexte propice au débat et à la réflexion sur la consommation d'alcool, et faire passer le message de la modération. Nez rouge, c'est la démonstration qu'il est parfois efficace et porteur de viser prioritairement la conséquence plutôt que le comportement.

Des prémisses, ça et là

Le concept de réduction des dommages liés à l'abus d'alcool est peu développé en Suisse. Pourtant, sans qu'il soit identifié comme tel, on trouve ça et là des actions qui s'y apparentent et constituent des pistes pour d'autres projets.

Peu pratiqué mais souvent évoqué, le concept du "conducteur désigné" devrait être plus développé dans notre pays. Il s'agit là de convaincre un groupe de personnes qu'un ou une d'entre eux va assumer la responsabilité de ramener le groupe à bon port en fin de soirée. Cette personne devra donc s'abstenir de consommer de l'alcool ce soir-là. Le problème: difficile d'offrir une contrepartie valorisante à la personne qui "se sacrifie", selon l'expression couramment entendue lorsqu'on suggère ce concept. Aussi serait-il nécessaire de trouver des avantages à adopter ce comportement. C'est autour de la gratuité des boissons sans alcool pour ces personnes-là qu'il faut chercher une solution. Se posent alors les problèmes de l'identification du "conducteur désigné" et du respect de son abstinence. Diverses idées ont été développées, qui nécessitent toutes une étroite collaboration avec les cafetiers -

restaurateurs: carte d'identité spéciale, badge, casquette, alcotest à la sortie, contrat de confiance, entre autres. Le concept du "conducteur désigné" mérite d'être exploré chez nous, dans des projets-pilote.

Toujours dans l'axe des accidents de la route, la mise à disposition de transports publics à bas tarifs durant toute la nuit est aussi une offre nécessaire. De même, les bons de taxi seraient une alternative au retour en état d'ébriété.

C'est incontestablement dans les bars, pubs et autres établissements publics nocturnes, là où il y a de fréquents abus d'alcool, que des actions de réduction des dommages doivent surtout s'implanter. La formation des serveurs est une approche qui a fait ses preuves pour réguler la remise d'alcool et l'ambiance du lieu. Le personnel de service est formé aux manières de réagir face à un client qui a manifestement trop bu, envers une clientèle trop jeune pour être servie en boissons alcooliques, en cas de violences ou pour empêcher un client trop alcoolisé de reprendre son véhicule. Pour faciliter la tâche des serveurs, le concept doit être renforcé par des mesures structurelles, comme un affichage de l'âge légal pour consommer de l'alcool, une promotion de boissons sans alcool attractives, des locaux aérés, la possibilité de prendre un repas léger, la réduction des offres promotionnelles de boissons alcooliques comme les Happy hours, etc. De nombreuses actions sont encore à inventer, à mettre sur pied de manière pilote et à évaluer en terme de consommation abusive et de violence. Saluons au passage le projet romand, géré par le GREAT, de campagnes avec les cafetiers - restaurateurs, qui va exactement dans le sens d'un contexte favorable à la prévention; ce concept permet des complémentarités avec des projets de formation du personnel de service, comme par exemple "ça(se) joue", mené conjointement dans le canton de Vaud

par la Fondation vaudoise contre l'alcoolisme et l'ISPA.

Dans un tout autre registre, citons l'interdiction de verres et bouteilles en verre dans les manifestations publiques d'envergure (une exception de taille, la Fête des vigneron et ses "vrais" verres!), afin de réduire les risques de coupures accidentelles ou consécutives à des bagarres. Autre option: en Angleterre par exemple, face aux nombreuses blessures dues à des bris de chopes de bière (cassées parce que lancées à travers le bar ou jetées à la figure d'une personne...), et à défaut de changer les mœurs des buveurs, on préconise maintenant l'usage de verre trempé Securit (comme les pare-brise!), qui se casse en gros fragments non coupants, genre morceaux de sucre.

Du pain sur la planche

On le voit, le concept de réduction des dommages dus aux alcoolisations ponctuelles excessives doit encore se développer en Suisse. Se préoccuper de cette manière de boire sous cet angle-là nous donnera plus de temps pour réfléchir aux stratégies possibles pour inciter à boire moins celles et ceux qui ont fait le choix de s'éclater avec l'alcool, et leur permettre de traverser cette période de leur vie sans en subir, ni en faire subir, les dramatiques conséquences potentielles. C'est peu, mais c'est essentiel.

1. "Risikohohes Alkoholtrinken in der Schweiz": R. Müller, S. Klingemann, G. Gmel, D. Brenner, ISPA et OFSP, 1999, en allemand seulement, résumé en français disponible sur Internet: www.programme-alcool.ch

• A lire aussi: "Alcohol, Minimising the Harm, what's work?", Martin Plant, Eric Single et Tim Stockwell, Free Association Books Ltd, 1997, en anglais seulement Disponible en prêt à la bibliothèque de l'ISPA