

## Alcool et violence : sous l'emprise des bulles



Si la consommation de clopes diminue chez les moins de 17 ans, celle des demis et martini entre amis reste tentante. Gaffe toutefois car derrière les fiestas, les délires alcoolisés et les bulles à gogo, se cache aussi perte de contrôle et accès de violence non contrôlés. Boire un petit coup, c'est agréable, à deux : attention, on met en danger amitié, réputation et même sa vie...

### L'alcool, un faux ami

Sans l'alcool, la fête est plus molle paraît-il. C'est du moins l'avis d'un quart des 12-20 ans, désormais habitués à poser sur la table un pack de bières à côté du gâteau d'anniversaire, histoire de «booster l'ambiance». L'âge du premier verre se situe à 13 ans, trois ans plus tard, un jeune sur deux aura connu sa première cuite. Une mode qui conduit à 55 000 décès par an en Europe.

### Plus de quatre verres, c'est le trou noir

La digestion d'alcool s'opère en trois étapes. La phase d'excitation qui nous rend euphorique, celle d'ébriété pendant laquelle on se laisse aller à bredouiller un véritable charabia sans oublier de se cogner dans les portes, enfin la phase de somnolence : le corps ne suit plus, on s'endort d'un sommeil profond généralement (avec gueule de bois le lendemain), avec un risque de coma éthylique si plus de 3 g/l consommés (un verre d'alcool égalant à peu près 0,5 g/l).

### Au bout du goulot

On ne crie pas toujours son bonheur à la lune lorsqu'on est saoul. Personne en effet ne réagit à l'identique après consommation d'alcool : certains sont hilares, d'autres se laissent aller à la déprime. La personne ivre se laisse aller au stress et aux crises d'anxiété. Elle peut enfin remédier à sa détresse par des actes de violence contre elle-même, de l'automutilation à la tentative de suicide.

### Soirées arrosées, attention danger !

L'une des vertus de l'alcool dit-on, c'est d'aider les plus timides à sortir de leur réserve et à se lancer dans des plans drague dont ils rougiront une fois leur vin cuvé. Seulement voilà, lorsqu'on ne contrôle plus sa tchatche, on n'est pas non plus maître de ses actes. Oublier d'enfiler un préservatif après avoir finalement trouvé le partenaire idéal, ça peut coûter une grossesse non désirée comme une MST. Et trois mois de suspense avant de pouvoir faire un test de séropositivité. Gare également à l'association alcool - GHB, drogue préférée des violeurs car elle fait perdre conscience à ses victimes.

### Ne pas pousser le bouchon trop loin

Irritant et irritable sont les traits de caractère qui s'associent le plus fréquemment à la personne ivre. L'alcool met les nerfs à bout et il n'est pas rare, les mots dépassant les pensées en cas d'ébriété, qu'il soit la source de discordes entre meilleurs amis, voire de bagarre avec de simples inconnus. Bien sûr, un œil au beurre noir fait dessaouler plus rapidement...

### L'alcool donne du courage, parfois un peu trop

Si on ne peut pas imputer à l'alcool tous les actes de violence recensés chez les ados, il demeure très familier avec pas mal d'entre eux. Prendre une cuite semble en effet briser la barrière entre le fantasme et le passage à l'acte. Un viol sur deux est commis sous l'emprise de l'alcool, de même 8 délinquants récidivistes sur 10 se révèlent alcooliques.

### Recycler ses habitudes

Pour les fous de bouteille, il existe aujourd'hui une alternative : les boissons non alcoolisées, de la bière au champagne. On pourra aussi s'amuser à multiplier les cocktails sans bulle comme le «Pink Pineapple» (jus d'ananas, eau gazeuse, citron pressé et grenadine) ou encore l'Indien (limonade, oranges pressées, grenadine). Savourez, c'est frappé et sans danger !