

## Les principales questions sur l'alcool au volant

**1. Les effets de l'alcool sont minimes avant 0,5 gramme d'alcool par litre de sang (soit 0,25 milligramme d'alcool par litre d'air expiré). C'est au-delà de cette quantité que les effets commencent à être bien visibles.**

**FAUX.**

Même à faible dose, l'alcool agit sur le cerveau. Les premières perturbations apparaissent dès 0,3 g/l, même si elles ne sont pas toujours ressenties ou visibles et s'il est vrai qu'elles se généralisent à 0,5 g/l.

Les effets de l'alcool sont trop souvent sous-estimés. L'alcool a tendance à désinhiber et peut faire prendre inconsciemment des risques dès le premier verre.

**2. Le corps élimine entre 0,10 et 0,15 gramme d'alcool par litre de sang par heure.**

**VRAI.**

Le corps élimine en moyenne entre 0,10 et 0,15 g/l d'alcool par heure.

Or, chaque verre consommé (en se basant sur les quantités servies dans les bars) contient 10 grammes d'alcool pur et fait monter le taux d'alcoolémie de 0,20 à 0,25 g/l. Il faut donc au moins une heure et demie pour éliminer un seul verre.

Attention, à domicile, les verres sont souvent davantage remplis. Et la quantité d'alcool s'en trouve accrue ! Soyez vigilant.

**3. Boire un peu d'alcool ne m'empêche pas de rester concentré et vigilant sur la route.**

**FAUX.**

L'alcool agit sur le cerveau, dès les plus faibles doses, même en dessous de 0,5 g/l. Il est difficile de rester concentré et vigilant lorsqu'on a bu.

Parmi ses nombreux effets :

- l'alcool diminue la vigilance et la résistance à la fatigue ;
- l'alcool augmente le temps de réaction visuelle, qui passe d'une seconde à plus de 1,5 seconde.

Un véhicule roulant à 90 km/h parcourt 25 mètres en 1 seconde et 37 mètres en 1,5 seconde : 12 mètres de différence qui peuvent sauver une vie.

**4. Au cours de la soirée, je prends des alcools légers, donc mon taux d'alcoolémie reste faible.**

**FAUX.**

Il n'existe pas d'alcool « léger ». Savez-vous que les différentes catégories de verres utilisés dans les bars sont conçues pour contenir la même quantité d'alcool ? Par conséquent, lorsqu'on vous sert dans un bar, il y a autant d'alcool dans un verre de bière, que dans un verre de vin, un verre de whisky-soda, un verre de rhum planteur, etc.

Attention, à domicile, les verres sont souvent davantage remplis. Et la quantité d'alcool s'en trouve accrue ! Soyez vigilant.

**5. L'alcool est un problème mineur par rapport à la vitesse au volant.**

**FAUX.**

La vitesse est impliquée dans un accident mortel sur deux, et l'alcool l'est dans un accident mortel sur trois.

## Sécurité routière

Conduire sous l'empire de l'alcool augmente la gravité des accidents. L'alcool est 3,5 fois plus présent dans les accidents mortels que dans les accidents non mortels.

### **6. Si je me fais contrôler, dès 0,5 g/l les conséquences peuvent être lourdes.**

**VRAI.**

Si votre taux d'alcoolémie est compris entre 0,5 et 0,8 g/l, vous vous exposez à une amende forfaitaire de 135 euros et à la perte de six points de votre permis de conduire. En cas de comparution devant un tribunal (par décision du procureur de la République ou de contestation de l'amende forfaitaire), vous risquez une suspension de trois ans de votre permis.

Au-delà de 0,8 g/l, il y a délit et outre le retrait de six points et la suspension de trois ans de votre permis, l'amende passe à 4 500 euros. Vous risquez également l'immobilisation de votre véhicule et une peine de deux ans de prison.

Attention : si vous avez un permis probatoire, vous ne disposez que de 6 points.

### **7. Après une soirée festive, boire de grands verres d'eau permet de diluer les effets de l'alcool.**

**FAUX.**

Les effets de l'alcool sur l'organisme dépendent uniquement des quantités d'alcool consommées. Aucune recette ne permet d'atténuer les effets de l'alcool ni d'accélérer son élimination : ni grands verres d'eau, ni activités sportives, ni café salé, ni cuillère d'huile... L'alcool est éliminé naturellement par le corps, à raison de 0,10 à 0,15 g/l par heure.

La meilleure solution est de vous organiser avant la soirée pour désigner un conducteur qui restera sobre, ou de tester votre alcoolémie avant de prendre le volant... et de ne pas le prendre si elle est supérieure à 0,5 g/l..

### **8. L'alcool est présent dans un accident mortel sur trois.**

**VRAI.**

Plus d'un accident mortel sur trois est lié à l'alcool. Dans 85% des cas, les responsables sont des buveurs occasionnels. En effet, il suffit souvent d'une fête de famille, d'un pot entre amis, d'un repas bien arrosé... Ce n'est sûrement pas un hasard si l'alcool est présent dans la moitié des accidents mortels survenus le week-end.

Dans huit cas sur dix, ce sont les occupants du véhicule où a été détecté l'alcool qui sont tués. Si tous les conducteurs respectaient la limite légale d'alcoolémie, on estime qu'un quart des morts auraient été évitées en 2002.

### **9. Je peux boire un peu plus, j'habite pas loin, je n'ai qu'un petit trajet à faire**

**FAUX**

C'est sur des trajets courts et connus que les accidents sont les plus nombreux, en rase campagne comme en ville. 2 accidents corporels sur 3 se produisent en ville et 75 % des victimes sont des victimes locales : des piétons ou des occupants d'un véhicule immatriculé dans le département. L'attention est souvent moins soutenue quand on croit connaître tous les risques.

### **10. Le médecin m'a dit de faire attention en conduisant car je suis en traitement médicamenteux, mais il ne m'a pas dit de ne pas conduire.**

**ATTENTION**

Il faut adopter une attitude responsable lorsqu'on suit des traitements médicaux qui provoquent une baisse de l'attention. Conjugués à l'alcool, les effets de certains

## Sécurité routière

médicaments peuvent augmenter de façon significative le risque d'accident (sommolence, pertes de connaissance, vertiges, étourdissements, troubles visuels, hallucinations...).

Avec la généralisation de l'automédication, ces risques concernent une partie importante de la population : il ne faut pas hésiter à demander conseil à un médecin ou à un pharmacien.

### ***Pour en savoir plus :***

- le site internet [www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr)
- le service d'accueil téléphonique *Drogues Alcool Tabac Info Services*, au 113, est accessible 24 h/24, anonyme et gratuit



### **Sécurité routière :**

***Alcool au volant : mesurer et tester***

***Dossier de presse – Novembre 2003***