

ALCOOL, COMBIEN DE TEMPS POUR L'ELIMINER ?



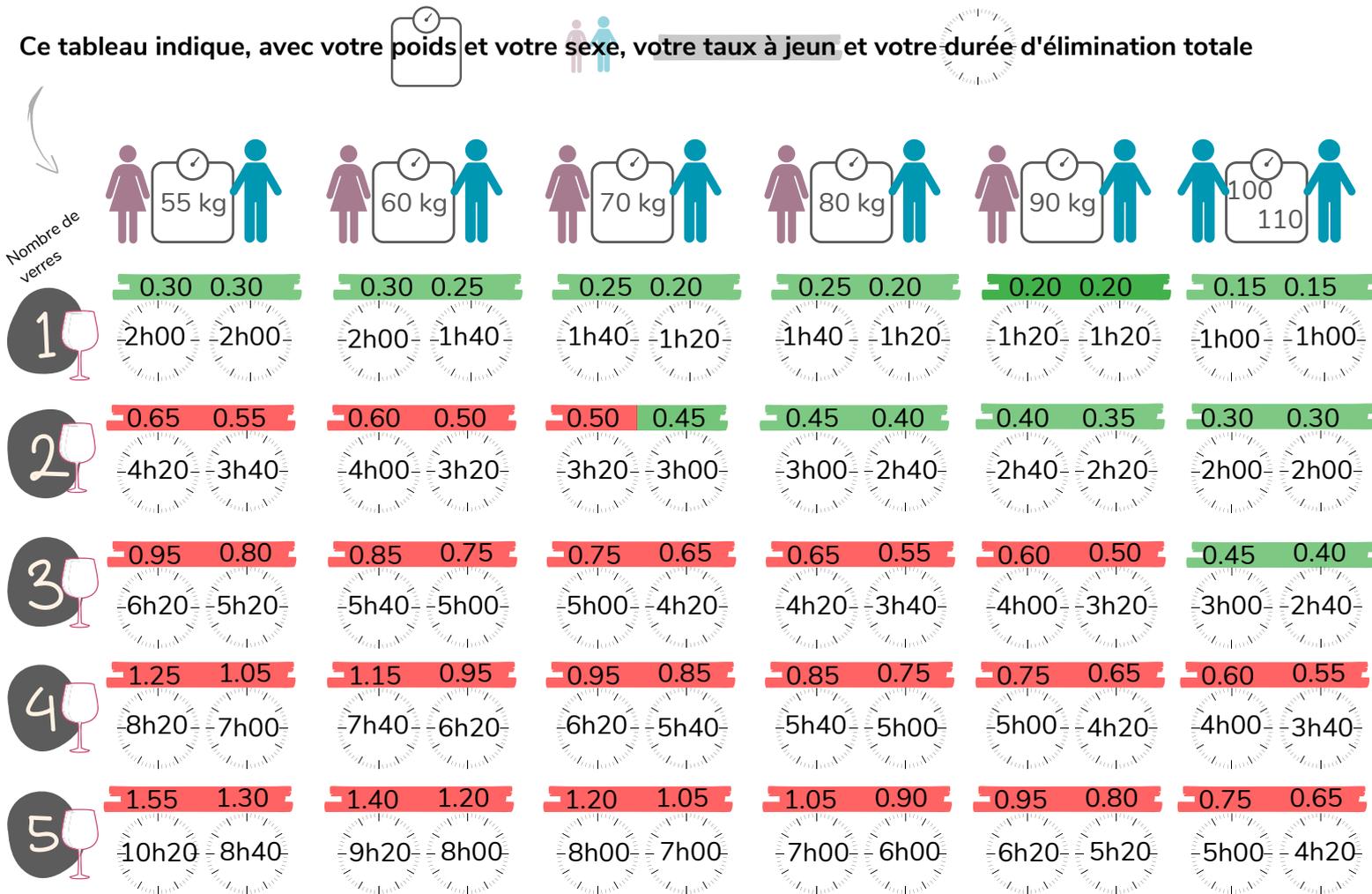
Le temps d'élimination de l'alcool consommé dépend de plusieurs facteurs dont le poids et le sexe.

Globalement, il est de 1 à 2 heures par verre.

Le seuil légal du taux d'alcoolémie est de 0.5g/l dans le sang, ce qui correspond à 0.25mg/l dans l'air expiré.

Jeunes conducteurs, votre seuil doit être égal à ZÉRO

Ce tableau indique, avec votre poids et votre sexe, votre taux à jeun et votre durée d'élimination totale



i Les doses "maison" sont souvent plus importantes que les doses "bar standard"

Il n'y a pas de consommation sans risque

Effets immédiats

- Accident (de la route, domestique, du travail)
- Violences, y compris sexuelles
- Troubles de la conscience, confusion
- Troubles de la mémoire
- Désinhibition, surestimation de soi
- Difficulté d'attention et de concentration

Mais aussi,

- Perte de conscience, paralysie, coma
- Arrêt respiratoire pouvant entraîner la mort

La prise de médicaments est très souvent incompatible avec la consommation d'alcool. Cela peut modifier la concentration du médicament ou de ses effets.



Effets à long terme de la consommation excessive

- Maladies cardio vasculaires
- Cirrhose du foie
- Pancréatite
- Maladies du système nerveux (atteinte de la mémoire, névrites)
- Troubles psychiques (dépression, insomnies, irritabilité, anxiété..)

40 000 à 50 000 décès chaque année

Lorsque l'on boit de l'alcool, celui-ci est absorbé par l'estomac et l'intestin puis passe dans le sang puis dans les organes. La rapidité du passage dépend de différents facteurs mais sa concentration maximale est atteinte au bout de 30 min à jeun et au bout d'1h en cours de repas.



Une récente étude (Lancet 2018) démontre que la consommation d'alcool a un impact négatif sur la durée de vie en bonne santé, quelle que soit la quantité consommée.

La toxicité de l'alcool sur le foie peut s'exprimer à partir de doses qui peuvent apparaître peu élevées. Le seuil de consommation au-delà duquel le risque pour la santé devient significatif est de 2 verres chez la femme et de 3 verres par jour chez l'homme



Selon les situations, une soirée avec consommation alcoolisée ne permet pas une élimination suffisante à la prise de poste le lendemain matin. La sécurité du consommateur ainsi celle de ses collègues sont mises en péril.



La responsabilité de l'employeur, mais aussi celle des salariés (consommateurs ou témoins), peut être engagée en cas d'accident causé par un salarié ivre.

L'alcoolisme ne peut être un motif de licenciement.

En revanche, l'état d'ébriété est un motif de licenciement s'il a des conséquences négatives sur la sécurité ou l'image de marque de l'entreprise.

