



Evaluez votre relation à l'alcool

1. Avez-vous déjà ressenti le besoin de diminuer votre consommation de boissons alcoolisées ?
2. Votre entourage vous a-t-il déjà fait des remarques au sujet de votre consommation ?
3. Avez-vous déjà eu l'impression que vous buviez trop ?
4. Avez-vous déjà eu besoin d'alcool dès le matin ?

Une réponse positive à deux questions sur quatre est un bon critère prédictif d'un problème de consommation d'alcool.



L'alcool est dangereux pour la santé

Se faire aider

En parler :

- à sa famille
- à ses amis
- aux collègues de travail
- à des professionnels :
médecin traitant, médecin du travail, addictologue, assistante sociale, psychologue...

ANPAA/CSAPA

Cran Gevrier : 04 50 45 73 16
Annemasse : 04 50 87 26 73
Cluses : 04 50 98 16 39
Thonons Les Bains : 04 50 71 79 68

LAC D'ARGENT

Anancy : 04 50 67 96 51

ALCOOL INFO SERVICE

0980.980.930

AST74 (demander son médecin du travail)

Interpro Anancy : 04 50 45 13 56
BTP Anancy le vieux : 04 50 57 02 47

HÔPITAL SERVICE ADDICTOLOGIE

Arves et Léman : 04 50 82 29 21
Saint Julien : 04 56 30 11 75
Anancy : 04 50 63 65 39



SANTÉ AU TRAVAIL • INTERPROFESSIONNEL & BTP

BTP



INTERPRO



**ALCOOL
&
TRAVAIL**

*Définition - Infos - Conseils
Préventions - Réglementation
Conduite à tenir*

Réalisation AST74, groupe addiction - Edition 2021

L'alcool : qu'est ce que c'est ?



L'alcoolémie est la quantité d'alcool contenu dans le sang, elle monte rapidement, d'autant plus si l'on est à jeun.



Les doses que l'on se verse chez soi sont souvent plus grandes que les doses standards de bar.

Recommandations santé public

Pas plus de

10 

/ semaine

Avec

2 jours

sans alcool

Et pas plus de 2 verres d'alcool par jour !



**L'alcool c'est
49 000 morts/an**



La consommation d'alcool peut entraîner des complications durant la grossesse et chez l'enfant à naître.

Quels effets ?

Plusieurs facteurs en jeu :

- la morphologie : sexe, poids ;
- le mode de consommation : vitesse, quantité, poly consommation ;
- le degré d'accoutumance.

Impact sur la santé :

Effets immédiats :

- sensation d'ébriété ;
- désinhibition ;
- augmentation de la tension artérielle,
- accélération du pouls ;
- perte de l'équilibre, de la vision et du jugement, pouvant aller jusqu'à l'agressivité, vomissements, coma éthylique.

Effets à long terme :

Risque de dépendance psychique et physique et de survenue de maladies :

- Cancers ;
- maladies cardio-vasculaires ;
- maladies neurologiques ;
- trouble psychique.

Impact social :

Isolement social, difficulté familiale et professionnelle.

L'alcool au travail

**Au travail,
la bonne conso
c'est la conso
zéro**

Impact sur la santé :

- comportement à risque : difficulté de concentration, somnolence, ralentissement des réflexes ...
- stress, fatigue, nervosité, violence ;
- diminution des performances ;
- retards répétés, absentéisme ;
- faute professionnelle ;
- accident du travail, de trajet...;
- peut aller jusqu'au licenciement.

ETHYLOTEST

L'employeur peut y avoir recours **sur un groupe de salariés affectés** à un poste à risque

Ce que dit la loi :

Le Code du travail : encadre l'usage d'alcool et interdit l'ivresse sur le lieu de de travail Art.4228-20,21 et R.3231-16CT.

Le Code de la route : sanctionne la conduite sous l'emprise de l'alcool Art L234-1 La limite fixée est de 0,5 g d'alcool/l de sang et à 0.2g d'alcool/l de sang pour les jeunes conducteurs.