

L'alcool, un problème pour 10% DES BELGES

Les consommateurs n'ont pas toujours conscience de leur rapport aux boissons alcoolisées

► *“Ne pas boire d'alcool est parfois mal perçu dans notre pays”,* déplore Steven De Bondt, porte-parole de la Fondation contre le cancer, quelques jours avant le lancement de l'opération *Tournée minérale*.

Et pour cause, il n'est pas rare d'accompagner son repas d'un verre de vin ou d'une bière, en semaine. Lors d'événements quels qu'ils soient, on retrouve du champagne, du vin ou de la bière. *“Les personnes qui organisent ou les proches vont nous proposer un verre. Si on ne boit pas, on est soit considéré comme étant Bob soit, chez les femmes, enceintes”,* ajoute Steven De Bondt. *“Or, on peut très bien faire la fête sans boire d'alcool.”*

En Belgique, on estime que 10% des Belges consomment de l'alcool de façon problématique.

En d'autres termes, cela signifie que les femmes consommeraient plus de 14 verres d'alcool (dans les verres adéquats) par semaine, plus de 21 du côté des hommes (soit, respectivement, plus de deux verres par jour pour les femmes et plus de trois pour les hommes).

Au boulot, la consommation excessive d'alcool a été démontrée pour 14% des travailleurs belges. Un travailleur belge sur sept consomme plus de dix boissons alcoolisées par semaine, selon

une enquête de Securex. Cette consommation affecterait, en outre, leur rendement au travail.

Si les jeunes sont souvent la cible de campagnes anti-alcool, la problématique de la dépendance à l'alcool chez les seniors est encore trop peu perçue. Selon une étude de la VAD, une association flamande de prévention et de lutte contre la drogue et l'alcool, un homme de plus de 55 ans sur trois boit tous les jours et de façon excessive.

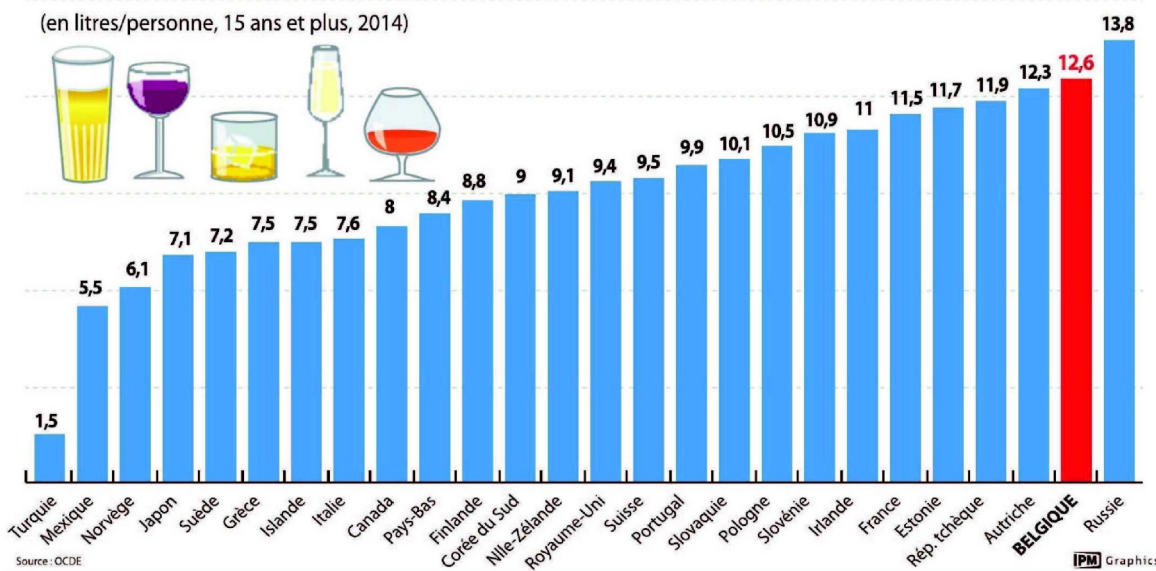
L'effet néfaste de l'alcool sur la santé n'est plus à démontrer: dépendance, troubles de la mémoire, vieillissement de la peau, surpoids, cirrhose, irritabilité... 6% des Belges céderaient des suites d'une consommation excessive d'alcool.

—PLAN ALCOOL INEXISTANT—

Le comportement problématique des Belges face à ces boissons alcoolisées démontre la nécessité pour la Belgique de mettre sur pied un *“plan alcool”*. Il devait initialement voir le jour en octobre 2016. Mais, faute d'accord, ce plan visant à réduire la consommation problématique d'alcool n'a pas été mis sur pied. Il devrait être présenté en mars 2017, si les entités fédérées et le gouvernement fédéral s'accordent.

L.C.C.

Consommation d'alcool



UN MOIS SANS ALCOOL : 50.000 Belges inscrits



La Fondation contre le cancer lance sa première "Tournée minérale" le 1^{er} février

► Un mois sans alcool, ça vous tente? C'est le défi que la Fondation contre le cancer veut lancer durant le mois de février. 49.539 Belges (au moment d'écrire ces lignes) se sont inscrits sur le site de Tournée minérale. L'objectif? Ne pas ingérer une seule goutte d'alcool durant le mois de février 2017. "Nous souhaitons faire réfléchir les Belges sur leur consommation d'alcool", explique Steven de Bondt, porte-parole de la Fondation contre le cancer. "On aimerait que les consommateurs se demandent s'ils dépassent les normes. Et constatent d'eux-mêmes que la réduction du nombre de verres qu'ils boivent a un impact sur leur portefeuille, sur leur poids, sur leur sommeil, sur leur peau..."

En effet, il est possible, sur le site, de voir l'argent économisé et les calories perdues en un

mois, en fonction de sa consommation d'alcool. Par exemple, si l'on consomme 2 bières, un cocktail et 10 verres de vin par semaine, on économiserait 78,80 euros et 5.576 calories.

Des conseils et des recettes sont proposés aux participants sur le site www.tourneeminerale.be. Steven De Bondt conseille par ailleurs de tenir "un journal pour voir les évolutions et le rapport qu'on entretient réellement avec l'alcool."

Les effets bénéfiques de la campagne devraient perdurer. "On a constaté que les gens diminuaient spontanément leur consommation d'alcool après avoir fait un mois sans en boire", ajoute Steven De Bondt se basant sur les

éditions qui ont eu lieu en Grande-Bretagne notamment. "Les effets se vérifient à long terme."

—8 TYPES DE CANCERS LIÉS—

La consommation d'alcool augmente les risques de contracter le cancer. "Huit types de cancer seraient liés à ces boissons alcoolisées", dénombre Eva De Winter, diététicienne spécialisée en oncologie à la Fondation contre le cancer. "C'est le cas des cancers de la bouche, de la gorge, du larynx, de l'oesophage, de l'estomac, du foie, du sein (chez la femme) ou le cancer colorectal. Seuls le surpoids et le tabac sont liés à plus de cancers. Ils sont liés à 10 types de can-

cer exactement.”

Elle poursuit: “Les cancers liés à l’alcool représentent 5% des nouveaux cas de cancer. Près d’une personne sur trois ignore que l’alcool

augmente les risques de cancer!”

La diététicienne spécialisée précise que “les risques cancérogènes montent de façon exponentielle quand on ajoute le tabac. Par exemple, si on quantifie à 1 le risque de contracter un cancer sans

fumer et boire, il est multiplié par dix si on fume 10 cigarettes par jour et qu’on se laisse tenter par quatre verres standard d’alcool. Il est multiplié par 100 si on fume 30 cigarettes et on boit 8 consommations par jour.”

L.C.C.

Une consommation “culturelle”

BRUXELLES 12,6 litres d’alcool par tête (de plus de 15 ans) et par an. Les chiffres de l’OCDE concernant la consommation d’alcool démontrent que la Belgique est l’une des plus grandes consommatrices d’alcool dans le monde. La Russie suit juste après avec 13,8 litres d’alcool. Les Français, quant à eux, consommeraient 11,5 litres par an. Les Pays-Bas seraient en-

core moins tentés par le lever du coude avec 8,4 litres ingérés par personne de façon annuelle.

Mais pourquoi les Belges boivent-ils autant? La faute à différents éléments, dont: ■ **Publicité agressive et omniprésente.** De nombreuses publicités pour ces boissons ciblent les jeunes. Les produits, plus tendance, modernes et colorés, sont claire-

ment mis en avant pour séduire un public de consommateurs plus jeunes: étudiants, notamment. Ceux-ci y sont plus sensibles.

■ **La banalisation.** Boire un verre est considéré comme normal et est associé aux fêtes et célébrations sportives (dans d’autres pays, il n’est pas possible de boire de l’alcool aux abords des terrains de football, par exemple).

Au sein de l’association Le pélican, on confirme l’aspect sociétal de la consommation d’alcool. “C’est clairement quelque chose de culturel”, nous dit-on. “Il y a une banalisation incroyable de l’alcool chez nous.”

L.C.C.

Une ministre fédérale relève le défi

BRUXELLES Elle l’a annoncé sur Twitter le 13 janvier dernier et l’a confirmé: la ministre fédérale du Budget chargée de la Loterie Nationale, Sophie Wilmès, a décidé de prendre part à l’aventure tournée minérale.

Elle y participe à titre individuel et a suggéré aux membres de son cabinet de la suivre. “C’est une inscription collective”, nous confirme Ingrid Kempenaers, porte-parole de la ministre MR.

“La moitié des collaborateurs participent”, précise Hugo Po-

liart, directeur de la communication. “La ministre souhaitait soutenir la Fondation contre le cancer dans son action et le faire en groupe. Elle trouvait l’initiative importante et souhaitait pousser d’autres personnes à y réfléchir et à prendre part à ce mois sans alcool”.

Cette initiative se veut collective pour des raisons de convivialité, d’abord. Pour le débat et les questions sociétales et culturelles qui en découlent, ensuite.

“Ce qui est intéressant, c’est que prendre part à cette action

provoque un débat”, ajoute Hugo Poliart. “Certaines personnes ne boivent que très rarement, voire pas du tout. Et d’autres s’autorisent un verre ou plus de temps en temps.”

Le directeur de la communication de la ministre poursuit: “On se rend compte que l’alcool, c’est quelque chose de culturel. Ces boissons alcoolisées sont associées à différents événements: fêtes, événements sportifs... Cela a mené à un débat sur le sujet au sein du ministère.”

L.C.C.