

*Le Carnet de Bord
Naturaliste — un
common field journal.*



Observations

Processus de la fermentation

Alcool et Culture Festive en Bretagne

Diagnostic clinique et leviers d'inversion d'une norme sociétale

Synthèse épidémiologique et stratégique — Édition 2025

*Observation et
raisonnement.*

Le Cœur du Problème : L'Hyper-Bienveillance Sociétale

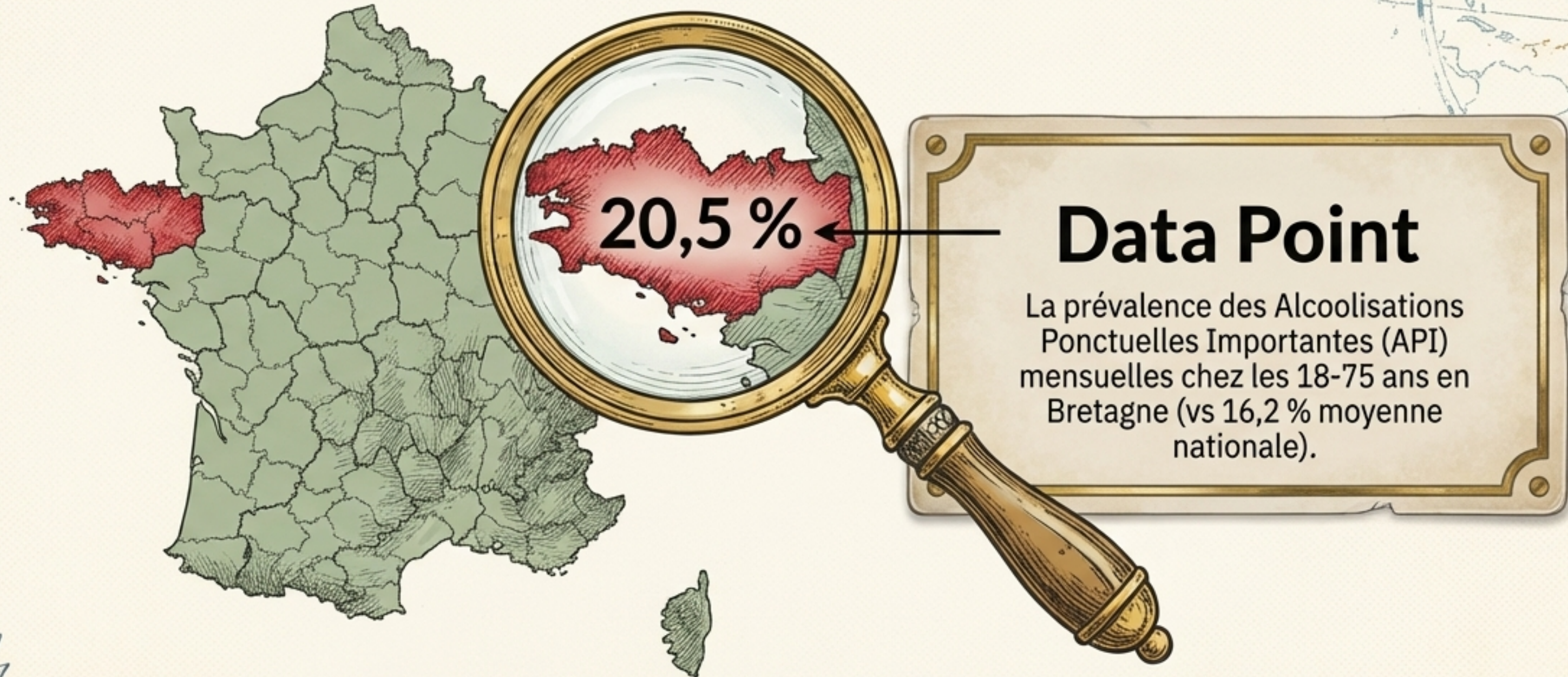


« L'alcool constitue, avec le tabac et la nutrition, un déterminant majeur de santé. [...] La Bretagne se distingue par des niveaux de consommations plus élevés [...] qui posent la question de l'omniprésence de l'alcool dans notre société et du regard encore très bienveillant dont il fait l'objet. ».

Dr Catherine Mouden (Psychiatre Addictologue) &
Stéphane Mulliez (Directeur général de l'ARS Bretagne).

L'enjeu n'est pas uniquement médical ; il est profondément culturel.

La Géographie de l'Excès

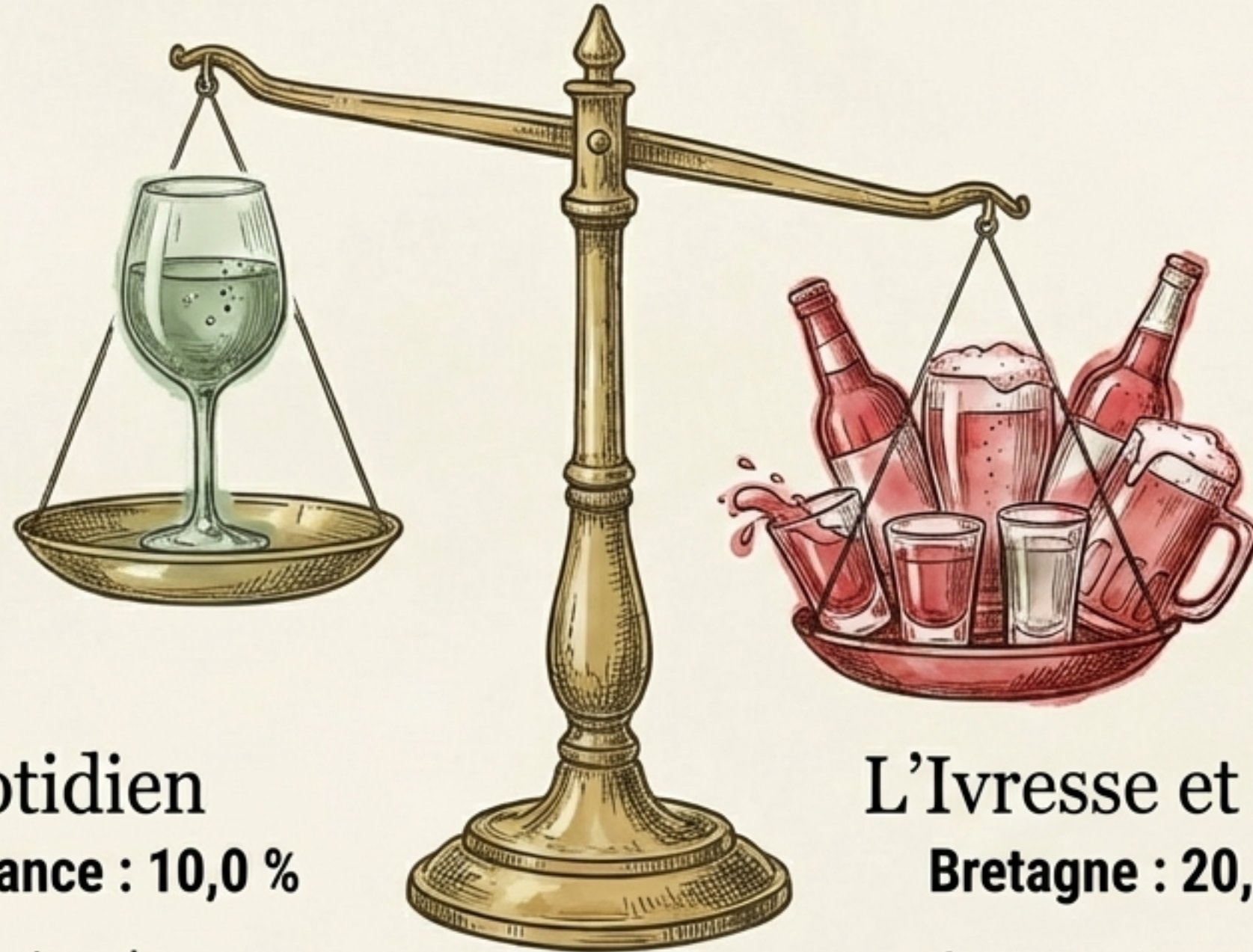


Data Point

La prévalence des Alcoolisations Ponctuelles Importantes (API) mensuelles chez les 18-75 ans en Bretagne (vs 16,2 % moyenne nationale).

Contexte : La Bretagne surclasse les autres régions métropolitaines. Le symptôme principal n'est pas la fréquence globale, mais **l'intensité des ivresses.**

Le Paradoxe des Fréquences : Quotidien vs Festif



L'Usage Quotidien

Bretagne : 10,7 % | France : 10,0 %

Dans la norme nationale.
Le « verre à table » n'est pas
l'anomalie.

L'Ivresse et l'API Mensuelle

Bretagne : 20,3 % | France : 16,2 %

Largement au-dessus de la norme.
Le danger réside dans l'alcoolisation
massive et ponctuelle.

Une Initiation Précoce et Massive (Génération 17 ans)



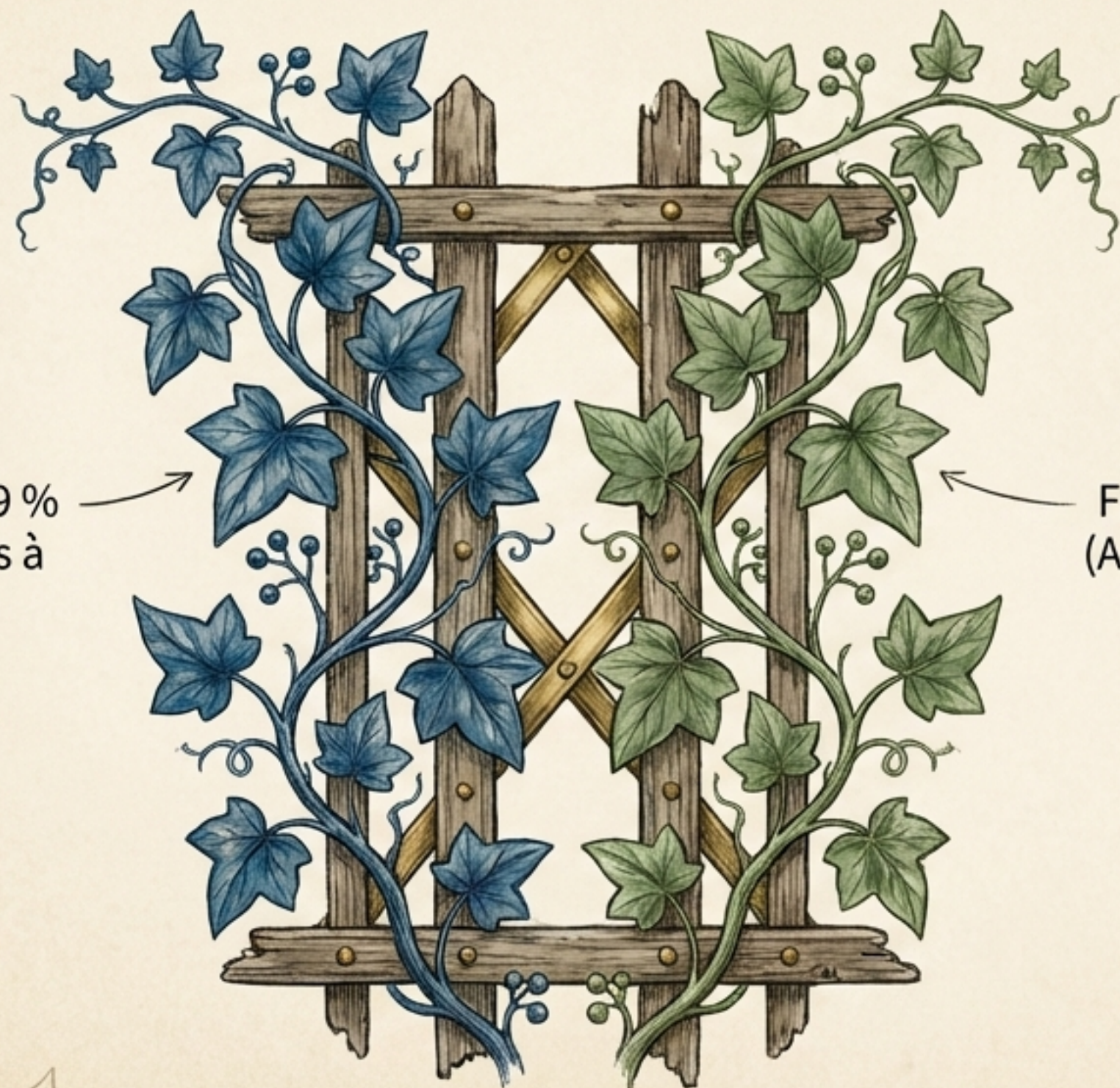
91,3 % des jeunes Bretons de 17 ans ont déjà expérimenté l'alcool (vs 80,6 % au national).

Seuls **8,7 %** n'ont jamais bu d'alcool (contre 19,4 % en France).

Insight : L'abstinence à 17 ans est une rareté statistique en Bretagne. L'ancrage culturel de l'alcool est presque total avant même la majorité.

La Parité dans l'Ivresse : Une Spécificité Régionale

Garçons : 19,9 %
(API répétées à
17 ans)



Filles : 15,8 %
(API répétées à
17 ans)

Insight :

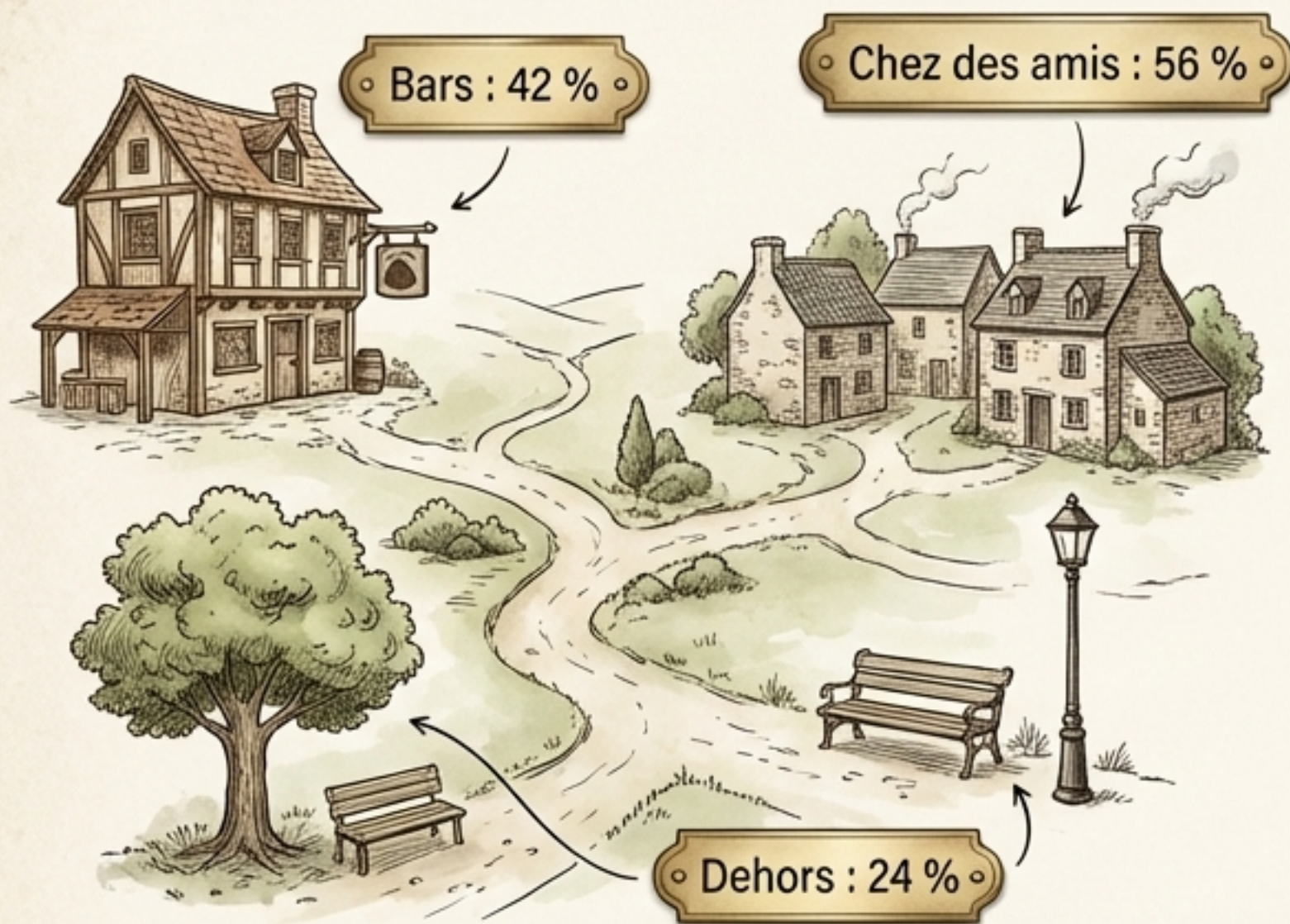
Contrairement au reste de la métropole où l'écart entre les sexes est très marqué, la Bretagne présente des comportements d'alcoolisation excessive beaucoup plus paritaires.

Contexte :

Les sex-ratios pour les ivresses fréquentes y sont bien inférieurs à la moyenne nationale, témoignant d'une norme sociale unisexe.

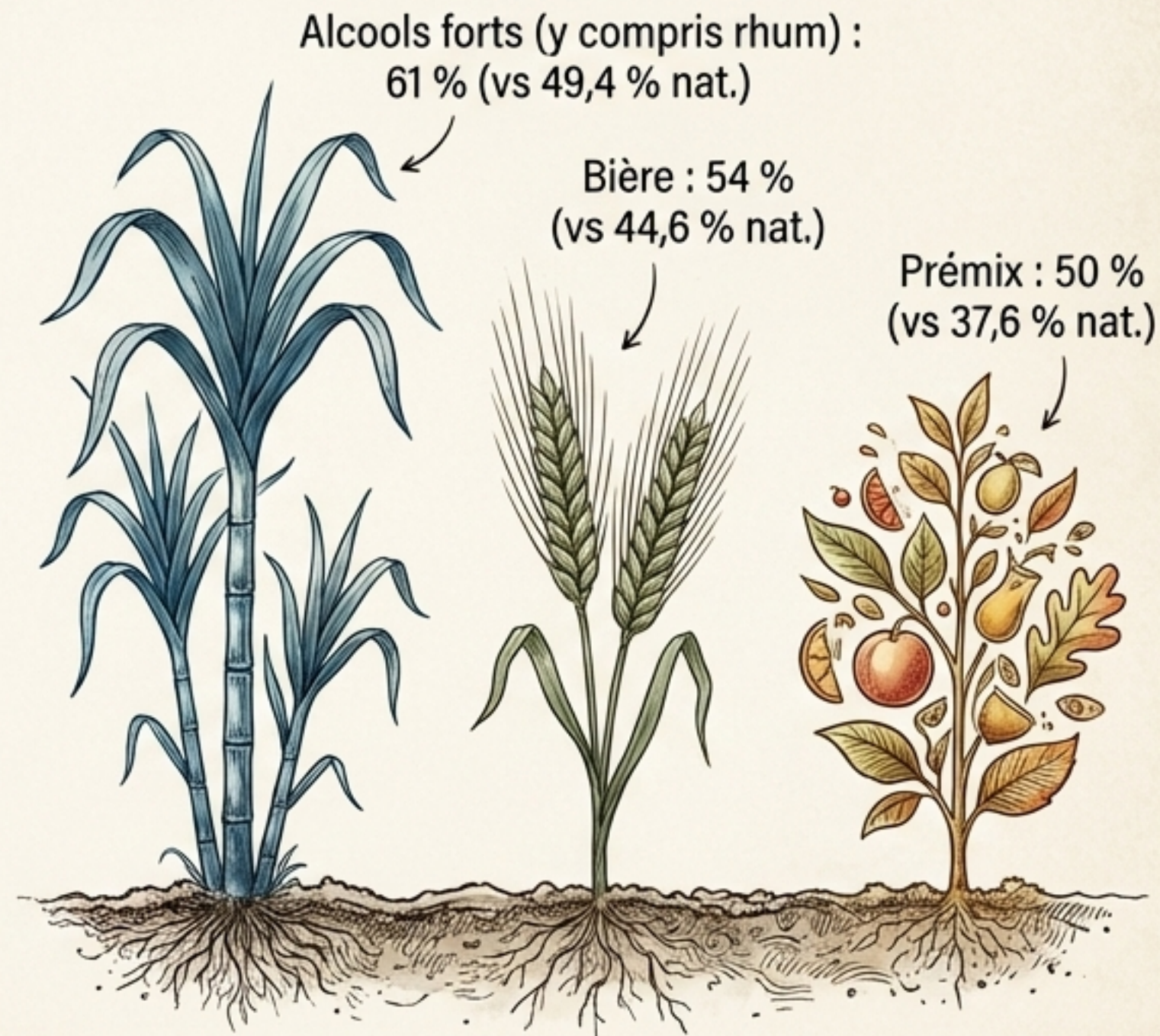
Anatomie de la Fête Bretonne (Lieux et Produits à 17 ans)

Les Lieux (Une sociabilité extra-familiale)

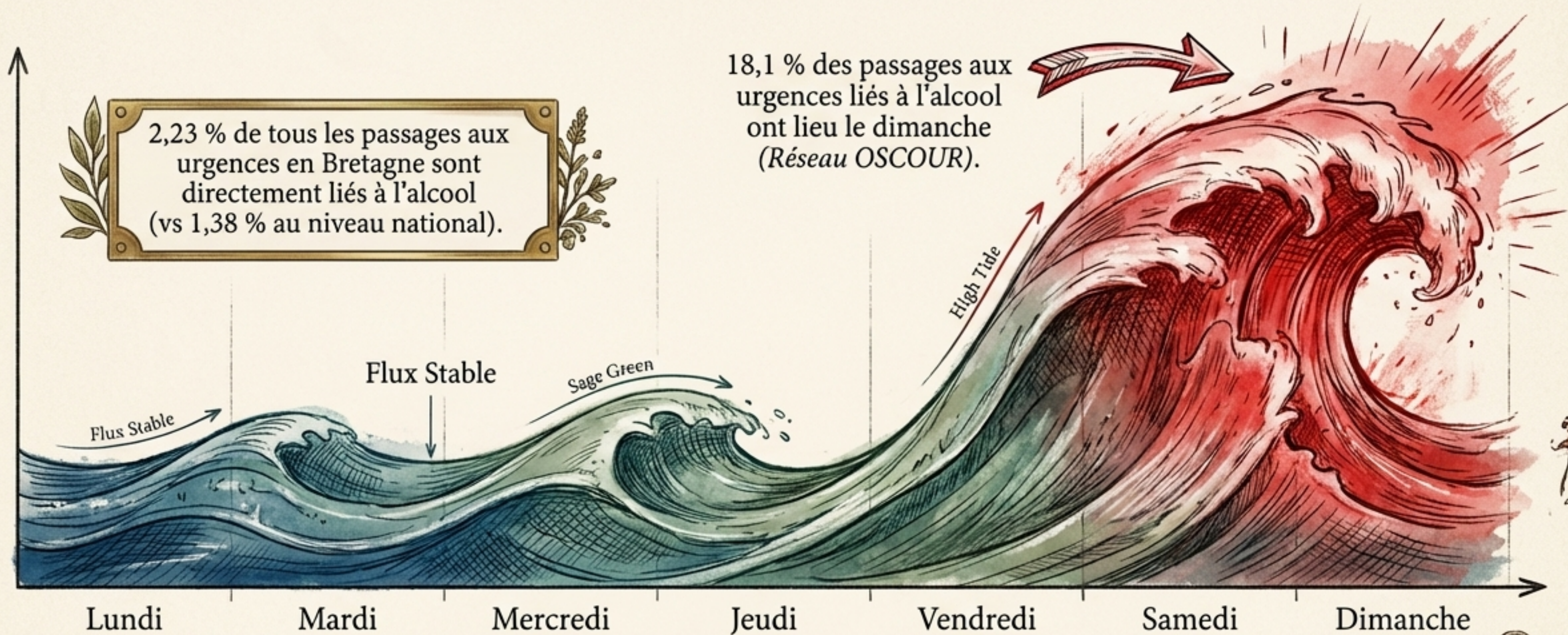


Les dernières consommations ont moins souvent lieu avec les parents (23 %) qu'ailleurs en France (30,8 %).

Les Produits (Préférence marquée)

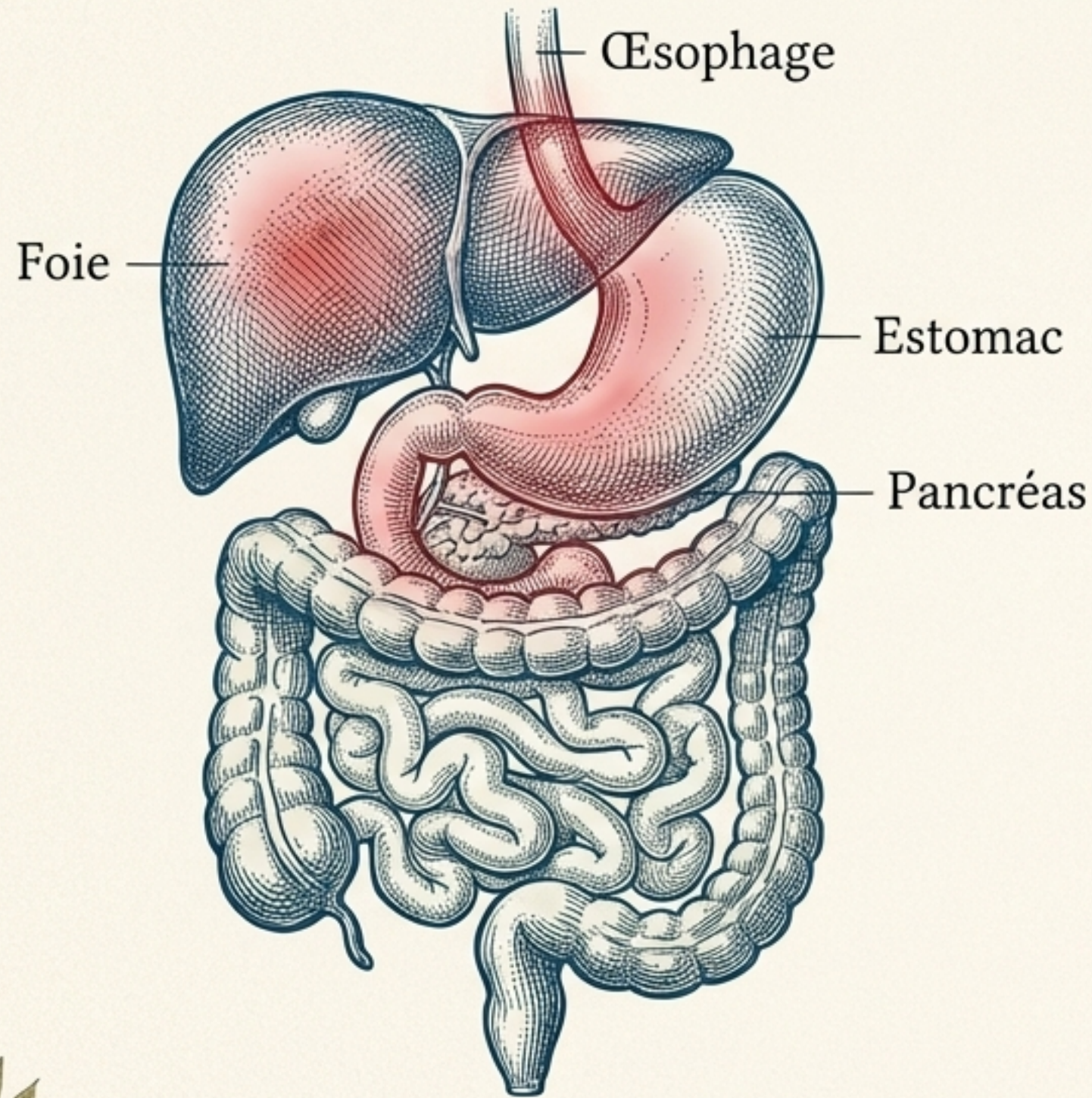


L'Onde de Choc Aiguë : La Surchauffe des Urgences



Insight : La culture du « binge drinking » du week-end se traduit par une pression immédiate, cyclique et prévisible sur le système de soins hospitalier.

L'Empreinte Chronique : La Morbi-Mortalité



Le Constat Clinique :

11,3 % des décès liés à une maladie alcoolique du foie en Bretagne (vs 7,9 % en France).

Le Contexte Régional :

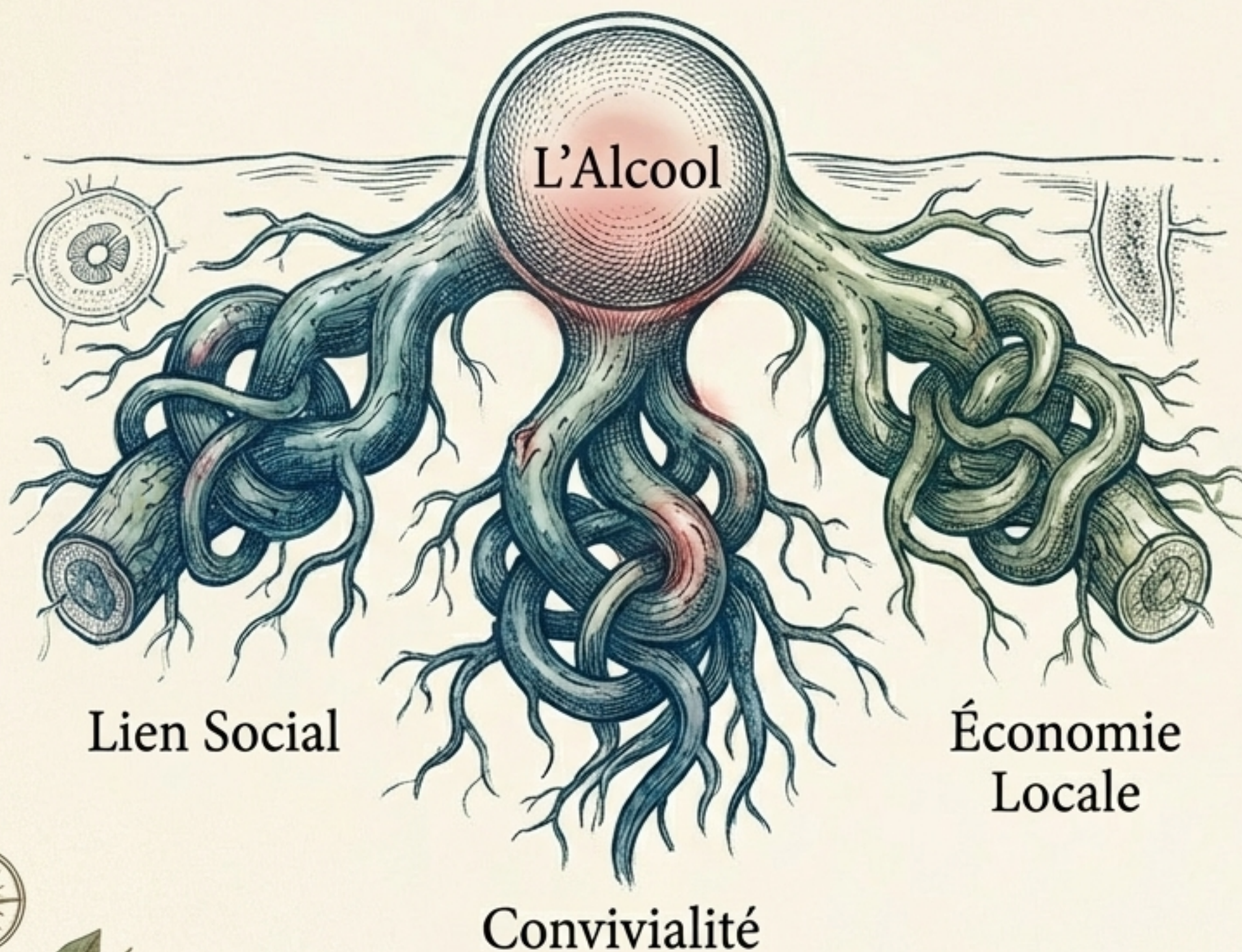
La région se positionne au 2ème rang national des taux de mortalité pour les principales pathologies en lien avec l'alcool.

Le Diagnostic Final :

L'ivresse festive de la jeunesse prépare le terrain des cirrhoses et des cancers des voies aérodigestives de l'âge adulte.



Le Défi Thérapeutique : Dénormaliser sans Stigmatiser



L'Enjeu :

Comment transformer un comportement perçu comme une obligation sociale de convivialité en un choix de santé ?

La Stratégie :

Passer d'un discours de prohibition anxiogène à une logique de réduction des risques et de marketing social positif.

Il ne s'agit pas d'interdire la fête, mais d'en changer le mode d'emploi.

Le Nouveau Phare : Les Repères à Moindre Risque

La Règle d'Or

« Pour votre santé, l'alcool c'est maximum 2 verres par jour, et pas tous les jours. »



Des jours dans la semaine sans aucune consommation.



Max 2 verres standard par jour.



Max 10 verres standard par semaine.

Insight : 1/4 des adultes dépassent ces repères. L'objectif est de promouvoir la notion de « risque acceptable » (1/1000), calquée sur d'autres risques de la vie courante.

Levier 1 : Le Repérage Précoce (RPIB)

L'Outil

Le questionnaire AUDIT.
Une évaluation rapide en
5 minutes.



Le Mécanisme


L'Intervention Brève
Les professionnels de premier
recours (généralistes,
urgentistes) doivent
systématiquement évaluer la
consommation.

L'Objectif


Détecter et intervenir au stade
du « mésusage » et de la
consommation à risque, bien
avant l'installation de la
dépendance et des
dommages irréversibles.

Levier 2 : Maillage et Intervention en Milieu Festif

Cibler la jeunesse là où elle se trouve :



Déploiement des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC).



Campagnes de marketing social ciblées (ex: « Amis aussi la nuit »).

L'Outil

Régulation stricte : Lutte contre la vente aux mineurs et responsabilisation des acteurs commerciaux.

L'Objectif

Accompagnement de la parentalité : Les premières consommations se font souvent dans le cercle familial.

Observation avec de consommation saunes parnal da l'achas lion dans le sagénéu mineurs.

Observation d'acoi, ou l'uae la l'ouue polly alon ivoolcalo.

Observations : a' en mesgurus de cla consommations efler ien 26 joursil.

Levier 3 : Déborder vers la Santé au Travail

1 salarié sur 6 déclare consommer de l'alcool de manière problématique.

15 à 20 % des accidents du travail et de l'absentéisme seraient liés aux substances psychoactives.



La Synergie :

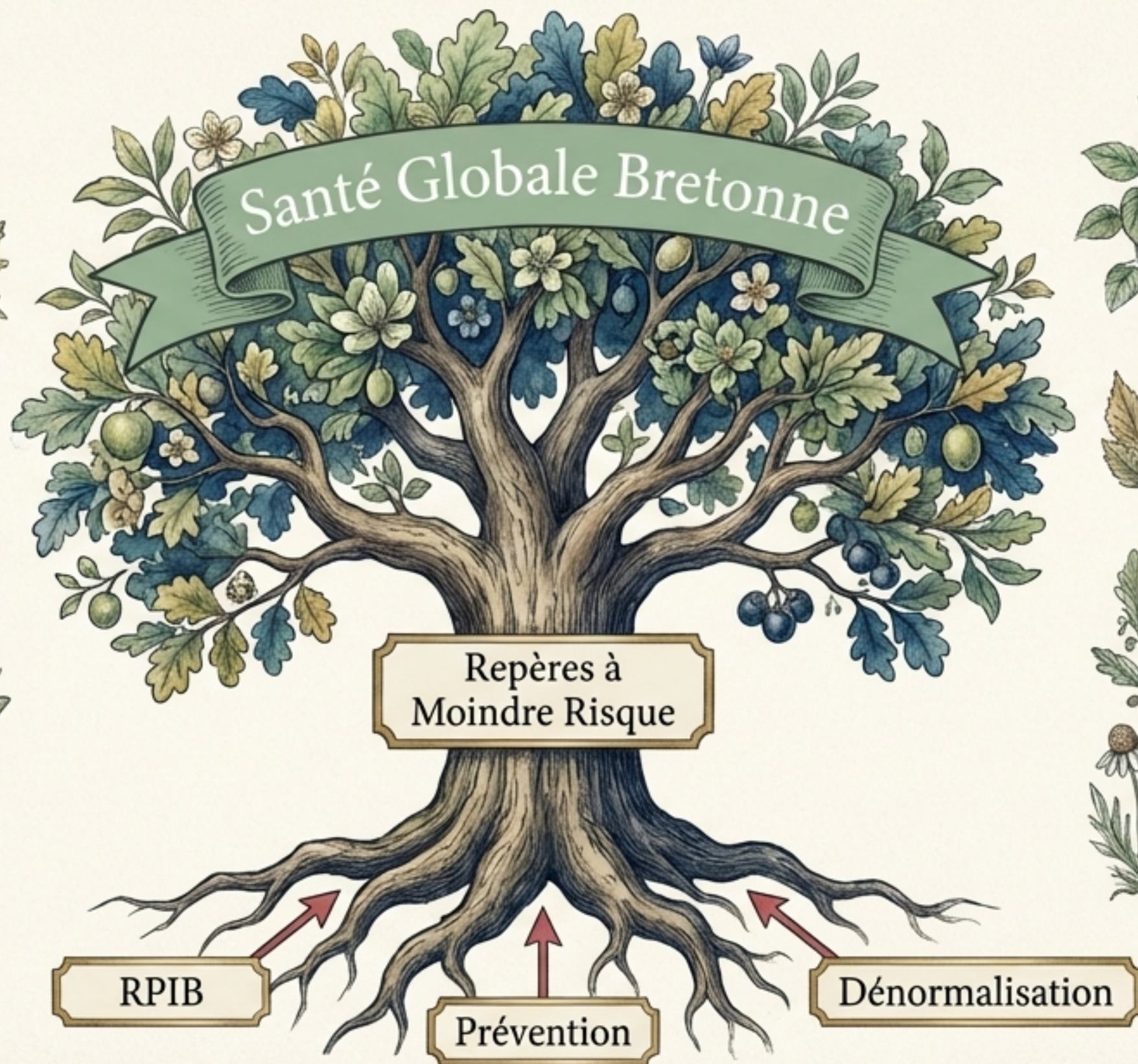
Rapprocher la santé publique et la médecine du travail (Plan Santé Travail).

Former les acteurs de l'entreprise au repérage et briser le tabou de l'alcool au travail.

Conclusion : Vers une Nouvelle Culture de la Convivialité

Synthèse

Le « Paradoxe Breton » n'est pas une fatalité. Les chiffres alarmants des urgences et de la jeunesse sont le reflet d'une norme culturelle modifiable.



Appel à l'action

Inverser la tendance exige une mobilisation systémique : médecins, élus, éducateurs, employeurs et citoyens.

Vision

Remplacer la culture de l'hyper-alcoolisation par une convivialité protectrice et à moindre risque.