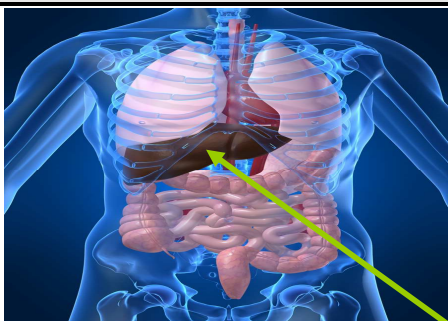


INFO-TOXICO

QUESTIONS

- Pourquoi certaines personnes boivent-elles plus que d'autres sans ressentir les mêmes effets?
- Pourquoi, après un certain temps, certaines personnes qui boivent davantage semblent supporter mieux l'alcool que d'autres?
- Qu'est-ce que la **TOLÉRANCE** en consommation?

EXPLICATION



foie

Dans notre organisme, nous avons un organe vital qui est le foie. Cet organe est un filtre pour toutes les substances que nous ingérons. Son rôle est de filtrer tout ce qui n'est pas bon pour nous, donc de désintoxiquer le corps. Le foie a aussi une mémoire hépatique pour reconnaître les substances d'une fois à l'autre.

PAR EXEMPLE :

La 1^{re} fois

La première fois que nous consommons de l'alcool, le foie ne connaît pas cette molécule. Un certain temps est donc nécessaire pour la production d'enzymes nécessaires à la destruction des molécules d'alcool. L'alcool a alors le temps de se rendre au cerveau rapidement par la circulation sanguine et de provoquer les effets de l'alcool lors des premières consommations.

La 2^e fois

Comme ce n'est pas la première fois, le foie prend moins de temps à reconnaître la molécule d'alcool. Il peut donc en détruire un peu plus rapidement. Ainsi, de fois en fois, moins de substance peut se rendre au cerveau rapidement, toujours par la circulation sanguine. Nous ressentons les effets moins rapidement que les premières fois.

UNE QUESTION DE MATHÉMATIQUES



DÉFINITIONS

On peut définir 4 catégories de rapports établis avec l'alcool :

1) L'appétence

Il s'agit du goût pour l'alcool, d'une attirance culturelle pour ses pseudo-vertus (*effets psycho-actifs : substance tonifiante, euphorisante, désinhibante...*). L'appétence concerne donc les avantages supposés plutôt que les plaisirs sensoriels (*goût, odorat ...*).

2) Tolérance

La tolérance est le rapport entre la quantité absorbée et l'effet produit. Naturellement, à force d'utilisation régulière, le corps s'habitue aux effets du produit. Ce qui a comme conséquences fréquentes l'augmentation des quantités et l'émergence du phénomène de dépendance.

3) L'accoutumance

Il s'agit d'un phénomène qui se met en place dans un deuxième temps, d'où sa perversité : l'alcool devient nécessaire à l'équilibre, la tolérance augmente ce qui provoque une augmentation des doses pour obtenir un même effet. Il y a peu de signes d'ivresse : *le consommateur se pose donc peu de questions sur ce qui se passe et cette étape passe davantage inaperçue.*

4) La dépendance

La dépendance est constituée par un sentiment de perte de liberté, l'impossibilité de s'abstenir (*manque, syndrome de sevrage*), une dépendance globale (*physique et psychologique*). Cette addiction entraîne le « *craving* » (*impulsion soudaine, impossibilité de se soustraire au manque et à l'habitude, sensibilisation psycho-physiologique réflexe*) ainsi qu'une détérioration psycho-sociale, une centration sur le problème, une sensation d'invasion et un changement identitaire.

Source : Résumé de définitions, Jocelyne Allaire