

# Fiche Pédagogique

---

## SVT

*Voici quelques pistes de réflexion pour parler alcool avec vos élèves et engager une discussion en cours. Ces questions sont classées par niveau et ont été élaborées par un professeur de SVT. Elles permettent de susciter un débat dans votre classe sur les risques qu'entraînerait une consommation abusive d'alcool.*

## Niveau 6<sup>ème</sup>

Questions à aborder :

### 1 ■ L'alcool est-il bon ou mauvais pour la santé ?

L'abus d'alcool est mauvais pour la santé :

- L'abus d'alcool est la deuxième cause de mortalité pouvant être évité en France, après le tabac.

- L'abus d'alcool est responsable d'un très grand nombre d'accidents de la route.

*idée: Montrez si possible des campagnes de la Sécurité Routière. Vous pouvez trouver certaines affiches dans la rubrique PRATIQUE / Images de publicités sur le site [www.atoidechoisir.info](http://www.atoidechoisir.info).*

### 2 ■ Quand il fait froid, l'alcool réchauffe. VRAI ou FAUX ?

Faux, l'alcool dilate les vaisseaux sanguins, d'où l'impression de chaleur et des rougeurs sur les joues et le nez. Mais par contre, la température corporelle diminue (ceci étant vérifié avec un thermomètre).

### 4 ■ Boire de la bière ou de l'alcool, est-ce pareil ?

Tous les produits n'ont pas la même concentration en alcool et c'est pour cela que les "verres" dans les bars n'ont ni la même contenance, ni la même forme. D'où les précautions à prendre avec la consommation de tous les produits alcoolisés.



### 5 ■ Tous les adultes consomment-ils de l'alcool ?

Environ 10% des adultes entre 18 et 75 ans ne consomment jamais d'alcool. La plupart des autres prennent peu d'alcool (juste un bon verre de vin aux repas par exemple).

Malheureusement un trop grand nombre encore consomme trop, malgré les mises en garde répétées dans tous les medias, sinon il n'y aurait pas de problème d'alcool...

## Niveau 5<sup>ème</sup>

Questions à aborder :

### 1 ■ Les adolescents ont-ils le droit de boire de l'alcool ?

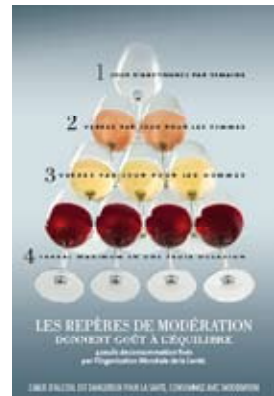
La loi française ne fixe pas d'âge minimum pour consommer des boissons alcoolisées. C'est aux parents que revient la responsabilité d'autoriser et d'accompagner l'initiation aux boissons alcoolisées. Pour être autorisé à acheter lui-même de l'alcool dans le commerce, au bar ou au restaurant un jeune doit avoir 18 ans révolus.

### 2 ■ Bière, whisky, vodka, vins, cidre ? quel est le produit le plus alcoolisé ?

Vous pouvez parler à vos élèves de la concentration en éthanol et leur montrer qu'il faut être très attentif aux quantités bues ( Sachant que tout adolescent est très fragile vis à vis de l'alcool, pour eux tout alcool est déconseillé ).

### 3 ■ Les hommes et les femmes sont-ils "égaux" devant l'alcool ?

Il faut expliquer que l'homme a environ un litre de sang en plus dans le corps par rapport à la femme donc la concentration en alcool est différente chez l'un et l'autre pour une consommation identique. Cela explique les mises en garde de l'OMS : Ne pas dépasser deux verres par jour chez la femme, trois verres chez l'homme.



### 4 ■ Est-on moins timide après avoir bu de l'alcool ?

Effectivement, l'alcool peut rendre moins timide mais aussi, en cas d'abus, conduire à des comportements ridicules ou agressifs. Donc il n'y a aucun bénéfice à prendre de l'alcool pour cela ; il vaut mieux faire du théâtre !

### 5 ■ Pour le rendre moins fort, peut-on diluer l'alcool dans du jus de fruit ou du soda ?

Le danger avec ces pratiques est que le goût sucré masque la puissance de l'alcool et que l'on mesure moins bien le danger, ce qui peut mettre la vie de l'utilisateur en péril, ainsi que la vie des autres.

## Niveau 4<sup>ème</sup>

Questions à aborder :

### 1 ■ Peut-on conduire un vélo ou un scooter après avoir bu de l'alcool ?

La législation est formelle en France : on ne peut conduire aucun véhicule avec une alcoolémie égale ou supérieure à 0,5 g /litre de sang. Attention, ce taux maximum est très vite atteint (maximum 1 ou 2 verres chez un adulte). Tout dépend du sexe, de l'âge, du poids, du mode de consommation (au cours d'un repas ou non)... De toute manière, à 14/15 ans il ne faut absolument pas boire d'alcool avant de prendre le vélo ou le scooter.

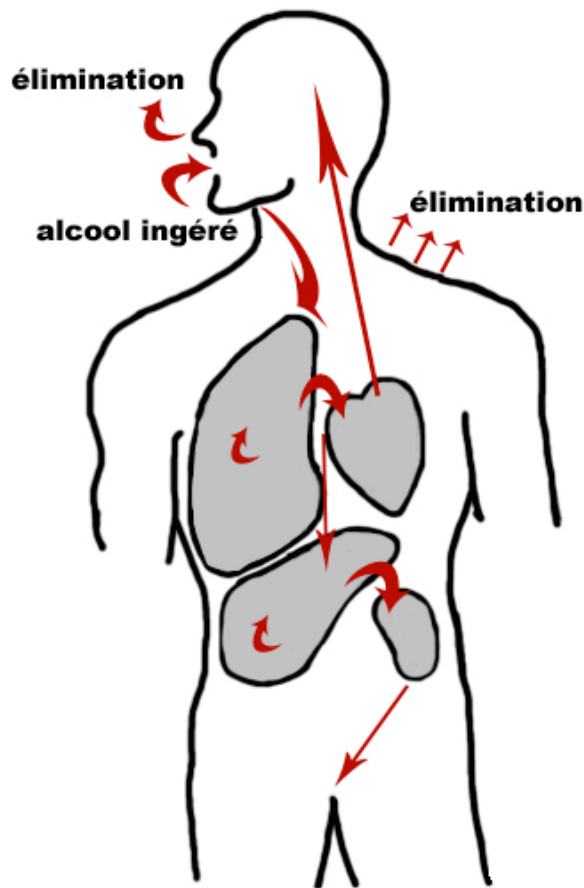
### 2 ■ L'alcool peut-il rendre malade ?

En cas de consommation occasionnelle excessive, il peut y avoir des nausées suivies de vomissements et des malaises plus ou moins importants. Les comas éthyliques ne sont pas rares dans les soirées chez les ados. Par ailleurs les consommateurs réguliers excessifs développent souvent de graves maladies, surtout quand l'alcool est associé au tabac avec des risques de cancers ou de maladies cardio-vasculaire ou encore de maladies hépatiques.

### 3 ■ Exercice

Vous pouvez ensuite proposer à vos élèves un exercice sous forme d'un schéma à annoter et d'un texte à compléter. Cf exercice sur la page suivante.

Exercice :



1 ■ Complétez le texte grâce aux mots ci dessous:

*INTESTINS, SANG, FOIE, URINE, ORGANISME, SUEUR*

Seul 10 % de l'alcool ingéré est évacué par la ....., l'air expiré ou l'.....

Le reste s'échappe de l'estomac et des ..... pour arriver directement au ..... : il apparaît alors dans le ..... et se répand dans tout l'.....

2 ■ A l'aide de flèches, placez sur le schéma ci-dessus les organes suivants:

*CERVEAU, FOIE, POUMONS, COEUR, REIN*

## Niveau 3<sup>ème</sup>

Questions à aborder :

### 1 ■ Savez-vous ce qu'est le "binge drinking" ?

Souvent appelé en France "défonce" ou "biture express", il s'agit d'une consommation occasionnelle, excessive d'alcool qui n'a d'autres buts que l'ivresse. Parmi ceux qui ont été ivres, un tiers avait l'intention de l'être lors de leur dernière ivresse (ce qui représente 14 % de l'ensemble de l'échantillon total) et un sur cinq a bu le plus possible d'affilée (ce qui représente 8 % de l'échantillon total), soit un comportement assimilable au "binge drinking".

Les urgences des hôpitaux reçoivent chaque nuit des jeunes en détresse cardiaque ou respiratoire que l'on doit placer en réanimation

### 2 ■ Pourquoi les ados consomment de l'alcool ?

En dehors de la "défonce" systématique, c'est pour jouer les "grands" et essayer de perdre ses complexes quand on en a, sa timidité vis à vis de l'autre (et souvent de l'autre sexe) ou pour oublier ses problèmes. Ce n'est pas une solution car l'ivresse passée on retombe sur les mêmes problèmes de façon encore plus brutale. Là, il faut choisir : ou on arrête de boire, ou on risque de rentrer dans un cercle vicieux !

### 3 ■ Boire peut-il amener certains individus à des comportements qu'ils n'ont pas souhaité ?

Bien sûr ! Un individu qui a bu peut se ridiculiser - et c'est un moindre mal - mais peut aussi agresser verbalement ou physiquement, voire violer. Certaines filles, totalement "deshinibées" peuvent également se laisser violenter sans réagir.