15.12.2017 – 10:00 Uhr

Addiction Suisse Fêtes de fin d'année : combien d'alcool pour les ados ?

Lausanne (ots) -

Faut-il laisser les adolescent-e-s trinquer à Noël et à Nouvel An ? À partir de quel âge peuvent-ils boire de l'alcool et combien ? Autant de questions que les parents se posent à l'occasion des fêtes de fin d'année. Il faut savoir que l'alcool n'a pas les mêmes effets chez les jeunes. Addiction Suisse informe et propose des pistes.

À Noël et à Nouvel An, l'alcool est souvent de la partie. Faut-il permettre aux jeunes d'en boire ou, au contraire, le leur interdire ?

Les adolescent-e-s sont plus sensibles à l'alcool que les adultes. D'une part, ils ont généralement un poids inférieur à celui des adultes, de sorte que l'alcool se répartit dans une plus petite quantité de liquide corporel, ce qui entraîne une alcoolémie plus élevée. D'autre part, ils ont moins d'enzymes qui éliminent l'alcool dans le foie. Résultat : les effets de l'alcool durent plus longtemps.

Une consommation régulière d'alcool peut entraver des processus de développement physique comme la croissance du cerveau et des os. Par ailleurs, plus la consommation régulière et l'ivresse sont précoces, plus la personne concernée risque d'avoir des problèmes d'alcool plus tard.

Pour protéger la santé des adolescent-e-s, ceux-ci ne devraient pas boire d'alcool du tout avant 16 ans. Quant aux moins de 18 ans, ils ne devraient pas consommer de spiritueux, d'alcopops ni d'apéritifs. Pour appliquer ces règles, on peut s'appuyer sur la loi, qui fixe ces deux limites d'âge pour la vente d'alcool aux mineurs.

Des cocktails sans alcool pour ados... et adultes Les cocktails sans alcool constituent une option alléchante pour les adolescent-e-s. Pourquoi ne pas tester les nouvelles recettes(1) proposées par Addiction Suisse et impliquer les ados dans la création de savoureux mélanges ?

Les enfants et les adolescent-e-s sont parfaitement au fait de la consommation d'alcool de leurs parents ; inconsciemment, ils assimilent l'attitude de leurs pères et mères, qu'ils considèrent comme normale. Ainsi, la consommation d'alcool ultérieure des jeunes dépend dans une large mesure du modèle qu'ils ont eu sous les yeux à la maison. La première mesure à prendre à titre préventif est donc de montrer l'exemple, en ayant soi-même une consommation d'alcool modérée.

Des réponses aux questions des parents

À travers la campagne « Parents d'ados : des réponses à vos questions », Addiction Suisse soutient les parents sur les questions liées aux addictions, avec de nombreux conseils et supports éducatifs (www.addictionsuisse.ch/parents/). Toutes les semaines, des conseils axés sur la prévention des addictions sont également mis en ligne sur la page Facebook de l'organisation(www.facebook.com/AddictionSuisse).

Addiction Suisse vous souhaite de joyeuses fêtes !

(1) nouvelles recettes : http://tiny.cc/b36gpy

Addiction Suisse est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage pour une politique de santé. Le but est de prévenir ou d'atténuer les problèmes issus de la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou liés aux jeux de hasard et à l'usage de l'internet. Plus de 200 000 personnes soutiennent notre ONG

Plus d'informations sur notre site internet www.addictionsuisse.ch

Vous trouverez le présent communiqué de presse sur : www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse

Contact:

Markus Meury
Porte-parole
mmeury@suchtschweiz.ch
Tél. : 021 321 29 63

Medieninhalte

Friends having a round of drinks in a

Diese Meldung kann unter https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100810469 abgerufen werden.