

Une nouvelle étude conclut qu'il n'y a pas de seuil de consommation d'alcool qui soit sécuritaire

Description: Même un verre par jour expose les buveurs à divers problèmes de santé. Une nouvelle grande étude démontre que les effets néfastes de l'alcool dépassent de loin les effets bénéfiques potentiels.

par Ashley Welch (tiré de CBS News - cbsnews.com)

Publi le 15 Apr 2019 - Dernière mise jour le 15 Apr 2019

Catgorie: [Articles](#) > [Le système d'ordre dans l'islam](#) > [Santé et nutrition](#)

Alors que certaines études se sont penchées, par le passé, sur les effets potentiellement bénéfiques de l'alcool lorsque consommé en modération, une nouvelle étude met en garde contre les effets néfastes, de l'alcool, qui dépasseraient largement ses effets bénéfiques. Les auteurs de l'étude, qui ont étudié les données de plus de 28 millions de personnes à travers le monde, ont déterminé que vu les risques, « il n'y a pas de seuil de consommation d'alcool qui soit sécuritaire ».



Selon l'étude, qui a été publiée dans le journal The Lancet, l'alcool est lié à plus de 2,8 millions de morts, chaque année, dans le monde. Sur les décès annuels mondiaux, un peu plus de 2%, chez les femmes, et près de 7%, chez les hommes, sont liés à l'alcool.

La consommation régulière peut avoir des effets négatifs sur les organes et les tissus du corps humain, tandis que les excès d'alcool peuvent mener à diverses blessures et même à une intoxication fatale. Enfin, la dépendance à l'alcool peut quant à elle mener à l'automutilation ou à des violences diverses.

« De précédentes études ont démontré que l'alcool pouvait avoir un effet protecteur dans certains cas, mais nous avons trouvé que les risques pour la santé associés à l'alcool augmentent avec n'importe quelle quantité d'alcool », a affirmé le docteur Max Griswold, de l'Institute for Health Metric and Evaluation de l'Université de Washington. « En particulier, le lien étroit entre la consommation d'alcool et le risque de cancer, de blessures et de maladies infectieuses contrebalance les effets protecteurs sur l'ischémie myocardique chez les femmes étudiées. »

Il ajoute : « Bien que les risques pour la santé associés à la consommation d'alcool

demeurent légers avec un seul verre par jour, ils augmentent rapidement dès que la personne augmente sa consommation. »

Selon le rapport, plus d'un tiers des gens, sur terre, soit environ 2,4 milliards de personnes, consomme de l'alcool.

Pour l'étude, les auteurs ont passé en revue les données de 694 études pour évaluer à quel point la consommation d'alcool est répandue dans le monde. Ils ont également passé en revue 592 études incluant des données sur 28 millions de personnes réparties dans 195 pays pour étudier les risques pour la santé associés à l'alcool.

Parmi les nombreuses découvertes, la recherche a démontré que boire de l'alcool était le septième facteur de risque de décès prématuré et de maladies en 2016. Cette année-là, chez les gens âgés de 15 à 49 ans, l'alcool était le principal facteur de risque, avec 3.8% de décès chez les femmes et 12.2 chez les hommes.

Dans ce groupe d'âge, les principales causes des décès reliés à l'alcool étaient la tuberculose, les accidents de la route et les blessures infligées à soi-même. Chez les gens âgés de 50 ans et plus, les cancers étaient les principales causes, comptant pour 27% des décès chez femmes et 19% chez les hommes.

Les chercheurs soulignent que de précédentes études qui se sont penchées sur les bienfaits de l'alcool ont plusieurs défauts. D'abord, elles sont souvent auto-évaluées, du fait qu'elles demandent aux gens de parler de leurs habitudes de consommation, ce qui est sujet à l'erreur. Ou alors, elles se basent sur des rapports de vente d'alcool, qui fournissent rarement un portrait précis des habitudes de consommation des gens. De plus, certaines de ces études n'ont pas pris en compte le fait que certaines des personnes qui s'abstiennent de boire de l'alcool le font peut-être parce qu'elles souffrent déjà divers problèmes de santé. Certaines études négligent également de tenir compte de l'alcool distribué au noir et de celui produit à domicile par certains individus.

La nouvelle étude vise donc à corriger ces lacunes en combinant les données de ventes d'alcool et la prévalence de la consommation d'alcool et de l'abstinence, les données d'auto-évaluation sur les quantités d'alcool consommées, les données liées au tourisme visant à estimer le nombre de visiteurs consommant de l'alcool dans une région donnée et les estimations de trafic d'alcool et de production individuelle. Les auteurs ont également utilisé des mises à jour et de meilleurs modèles statistiques pour analyser la consommation d'alcool et les problèmes de santé qui y sont associés.

Dans leur analyse, les auteurs ont trouvé que le seul effet protecteur de l'alcool est la réduction du risque d'ischémie myocardique. Il y avait également des effets protecteurs potentiels contre le diabète et l'accident vasculaire cérébral ischémique, mais ces résultats n'étaient pas statistiquement significatifs.

Cependant, le risque de développer tous les autres problèmes de santé augmentait clairement avec le nombre de consommations quotidiennes et les risques pour la santé dépassaient largement les bienfaits potentiels.

« Les politiques se concentrant sur la réduction de la consommation d'alcool aux

niveaux les plus bas possibles seront importantes pour préserver la santé des individus. Le mythe des bienfaits de l'alcool doit être déboulonné, d'autant plus que des méthodes d'analyse améliorées continuent de jeter la lumière sur la façon dont l'alcool contribue aux décès prématurés et aux maladies graves », affirme Griswold.

Dans un éditorial, le docteur Robyn Burton, du King's College London dit, de cette recherche, qu'elle est « l'évaluation la plus exhaustive, à ce jour, du fardeau mondial de l'alcool ».

Elle ajoute : « Les conclusions de l'étude sont claires et sans ambiguïté : l'alcool est un problème de santé mondial et colossal et les minuscules bienfaits qu'il pourrait apporter lorsque consommé en grande modération sont lourdement contrebalancés par les risques accrus qui y sont reliés, incluant plusieurs types de cancers ».

Source de cet article:

<https://www.cbsnews.com/news/alcohol-and-health-no-safe-level-of-drinking-major-new-study-concludes/>

L'adresse web de cet article:

<http://www.islamreligion.com/fr/articles/11339>

Copyright 2006-2015 [IslamReligion.com](http://www.islamreligion.com). Tous droits réservés.