

TEST DES CONNAISSANCES LIÉES À L'ALCOOL

1. Vrai ou faux L'alcool a un effet stimulant sur l'organisme.
2. Vrai ou faux L'alcool accroît les capacités mentales et physiques.
3. Vrai ou faux Une quantité donnée d'alcool affecte une même personne différemment, à des moments différents.
4. Vrai ou faux Il existe des façons rapides de se dégriser.
5. Vrai ou faux Un estomac plein ralentit l'absorption de l'alcool dans le sang.
6. Vrai ou faux Le niveau d'alcool dans le sang peut continuer à augmenter même après qu'une personne a cessé de consommer.
7. Vrai ou faux Le fait de combiner alcool et médicaments sur ordonnance peut multiplier par deux les effets sur l'organisme.
8. Vrai ou faux Un buveur expérimenté a appris à paraître sobre lorsqu'il exécute des tâches comme conduire un véhicule.
9. Vrai ou faux La limite légale pour les conducteurs est un taux d'alcoolémie de 0,01 %.
10. Vrai ou faux Les buveurs compulsifs ne peuvent pas s'empêcher de boire même lorsqu'ils ne veulent sincèrement pas boire.
11. Vrai ou faux La façon dont une personne perçoit sa performance peut être altérée par l'alcool.

RÉPONSES AU TEST DES CONNAISSANCES

1. **FAUX.** L'alcool est un neurodéresseur. La sensation de stimulation que connaît le buveur est causée initialement par une perte d'inhibitions qui se manifeste lorsque les principaux centres de l'apprentissage du cerveau sont touchés. Comme c'est le cas pour tout neurodéresseur, l'effet déresseur sur le cerveau et le système nerveux central augmente en fonction de la dose. La prise de boisson massive atteint des niveaux dangereux lorsque la personne peut difficilement évaluer les effets de sa consommation d'alcool. À la longue, si la consommation abusive se poursuit, l'effet déresseur provoquera le sommeil. Dans certains cas, l'alcool ralentit le système nerveux central à un point tel que les fonctions vitales comme la respiration et le rythme cardiaque sont mis en péril, ce qui entraîne le coma et la mort.
2. **FAUX.** L'effet déresseur de l'alcool ralentit les fonctions mentales et physiques du cerveau et le système nerveux central. Par conséquent, la capacité d'une personne à exécuter des tâches complexes, comme conduire un véhicule, se détériore à mesure qu'augmente sa consommation d'alcool.
3. **VRAI.** Les réactions à l'alcool varient considérablement. La réaction d'une personne en particulier dépend de nombreux facteurs complexes, tant physiques (quantité d'alcool consommée pendant une période donnée, estomac vide ou plein, le genre de boisson, le poids de la personne et son métabolisme) que psychologiques (humeur, tolérance, expérience, fatigue).
4. **FAUX.** L'organisme assimile l'alcool à un rythme constant et rien ne peut accélérer le processus. Le foie d'une personne normale assimile environ un verre par heure. La seule chose qui peut dégriser une personne, c'est le temps.
5. **VRAI.** Contrairement à la nourriture, l'alcool est absorbé rapidement dans le sang sans passer par les étapes normales de la digestion. Une petite quantité d'alcool passera directement de l'estomac dans le sang, tandis qu'une plus grande quantité d'alcool sera absorbée au niveau de l'intestin grêle. Un estomac plein retarde le passage de l'alcool dans l'intestin grêle et la nourriture dilue également la concentration d'alcool, ce qui réduit le taux d'absorption. Cependant, lorsqu'une personne consomme une quantité assez importante d'alcool, elle peut quand même devenir intoxiquée, car l'alcool passera dans son système sanguin par l'estomac ou sera transporté dans l'intestin grêle en même temps que la nourriture digérée.
6. **VRAI.** Il faut de 20 à 40 minutes pour que l'alcool contenu dans une boisson soit absorbé par le système sanguin. Comme l'organisme assimile l'alcool à un rythme fixe, le niveau ou la concentration d'alcool dans le sang peut continuer à monter même après que la personne cesse de boire.
7. **VRAI.** Lorsque l'on mélange alcool et médicaments sur ordonnance, il peut se produire des interactions et des effets indésirables et dangereux. Les effets varient d'une personne à l'autre, compte tenu de la quantité d'alcool prise, du genre de médicament et

des antécédents de la personne. L'effet combiné peut être deux fois plus grand que l'un ou l'autre pris séparément.

8. **VRAI.** Le buveur d'expérience apprend à reconnaître, dans une certaine mesure, ce à quoi il doit s'attendre. Il apprend à compenser les effets de l'alcool. Toutefois, lorsque le taux d'alcool dans le sang atteint 50 mg, certaines capacités sont affaiblies. Il devient plus difficile de prendre des décisions importantes. Un conducteur peut parcourir des milliers de kilomètres sans aucun incident. Mais, s'il devrait soudainement faire face à une situation critique, il serait beaucoup plus susceptible d'avoir de sérieux problèmes.

9. **FAUX.** Au Nouveau-Brunswick, la limite légale est de 80 mg ou de 0,08 % d'alcool dans le sang. Toutefois, lorsque votre taux d'alcoolémie se situe entre 0,05 et 0,08 %, votre permis de conduire peut être automatiquement suspendu par un agent de police pendant 24 heures. Vous pouvez être accusé de conduite avec facultés affaiblies même si votre taux d'alcoolémie est inférieur à 0,08 % si l'agent de police juge que vous êtes incapable de conduire votre véhicule sans danger. Dans le cas des permis progressifs, on adopte la politique de tolérance 0.

10. **VRAI.** Certaines personnes limitent leur consommation d'alcool aux heures des repas ou à des occasions spéciales. D'autres consomment occasionnellement, mais se limitent à un ou deux verres par soir. Cependant, certaines personnes refusent ou sont incapables de limiter leur consommation d'alcool une fois qu'ils ont pris un premier verre. Ces personnes sont réputées avoir un problème d'alcool.

11. **VRAI.** L'alcool affecte les fonctions cérébrales. Les principaux centres de l'apprentissage sont les premiers affectés. Ils contrôlent le jugement de même que la capacité de prendre des décisions et de prévoir certaines actions. En conséquence, la personne éprouve de la difficulté à évaluer sa performance lorsqu'elle boit. Elle peut se croire suffisamment sobre pour conduire un véhicule tout en étant bien incapable de le faire en toute sécurité.

Tiré de l'*Alcohol and Drug Education Program for Teens* (ADEPT), élaboré par J.A. DeCoursey, Commission de l'alcoolisme et de la pharmacodépendance du Nouveau-Brunswick, septembre 1985.