[](http://www.bing.com/images/search?q=logo+ubo&view=detailv2&adlt=strict&qpvt=logo+ubo&id=CE182C11A70821A3EE08132CC3D3EA3D7E7AF56A&selectedIndex=4&ccid=CJwbudrm&simid=608010157293768223&thid=OIP.M089c1bb9dae6878db23d125a26505cd4o0)

**Communiqué de presse**

Lundi de la santé - Lundi 27 janvier 2020

**Alcool : consommation, surconsommation, parlons-en.**

**Les lundis de la santé sont des conférences-débats gratuites et ouvertes à tous qui se déroulent de 18h30 à 20h un lundi par mois de septembre à janvier à la faculté de droit, d'économie et de gestion de l’UBO à Brest.**

**Les consommations excessives d'alcool impactent l'usager et la société au sens large, avec des conséquences allant des dommages individuels (cancers, maladies hépatiques ou neurologiques, troubles de l'usage et dépendance ...), aux prises de risques excessives (sexuels, accidents ...) mais aussi en passant par un coût sociétal très élevé.**

**La consommation excessive d’alcool est le deuxième facteur de risque de mortalité évitable en France. Elle est responsable de 41 000 morts / an (2015) dont une majorité par cancer, maladie cardiovasculaire, accidents, suicides, ou maladie digestive.**

**Le risque augmente proportionnellement à la dose d’alcool ingérée et la fréquence des consommations. Un comité d’expert en France a d'ailleurs revu récemment, au regard des nouvelles données scientifiques, les seuils recommandés de consommation d'alcool, à maximum 10 verres standard par semaine et pas plus de 2 verres standard par jour, avec des jours dans la semaine sans consommation. Mais dans un contexte de sur normalisation de la consommation d’alcool, il existe de nombreuses incitations à consommer et de nombreuses stratégies marketing et attractives faisant oublier les risques liés à la consommation et rendant peu lisibles les messages de prévention.**

**Il existe néanmoins de nombreuses stratégies d'aide à la réduction des consommations et des risques liés à l’alcool. Une des premières stratégies implique l'entourage, qui peut aider les personnes ayant une consommation excessive à modifier leurs habitudes de consommations.**

**Le centre famille et addictions au CHU de Brest est un centre dédié à l'accueil de l'entourage des personnes présentant des conduites addictives. Il propose des outils d'aide en individuel ou groupal pour les situations de consommations problématiques d'alcool.**

**Intervenantes :**

**Docteur Morgane GUILLOU – MCU-PH d’addictologie – CHRU Brest.**

**Docteur Catherine MOUDEN – Chef de service de l’intersecteur d’addictologie – CHRU Brest.**

Les lieux sont adaptés pour l'accueil des personnes à mobilité réduite et les conférences sont traduites par des interprètes en langue des signes française.