

## QUELQUES CHIFFRES



80%

80% des salariés de la branche HCR auraient au moins un comportement addictif



27%

27% des consommateurs d'alcool déclarent être dépendant à l'alcool soit 20% sur l'ensemble des salariés



30%



La consommation d'alcool concerne le 1/4 des salariés de la branche HCR



79%

79% des salariés dépendants à l'alcool déclarent que leur consommation d'alcool a eu un impact négatif sur leur humeur et leur sommeil

30% des consommateurs d'alcool déclarent également avoir déjà ressenti un impact négatif de leur consommation sur leur humeur, leur concentration, leur sommeil et leur performance au travail.

## Exemple d'effets potentiels

### immédiats

- Légère euphorie
- Diminution des réflexes
- Diminution de la concentration
- Prise de risque



### court terme

- Troubles de l'équilibre
- Troubles de l'élocution
- Agressivité excessive
- Désinhibition

### long terme

- Dommages cérébraux
- Accident vasculaire cérébral
- Hypertension
- Ulcères de l'estomac
- Infertilité

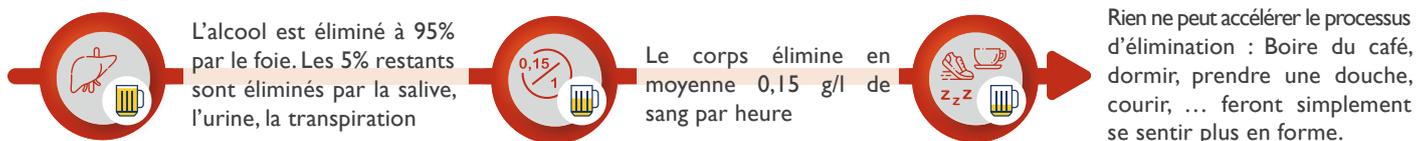


## LES DOSES STANDARDS

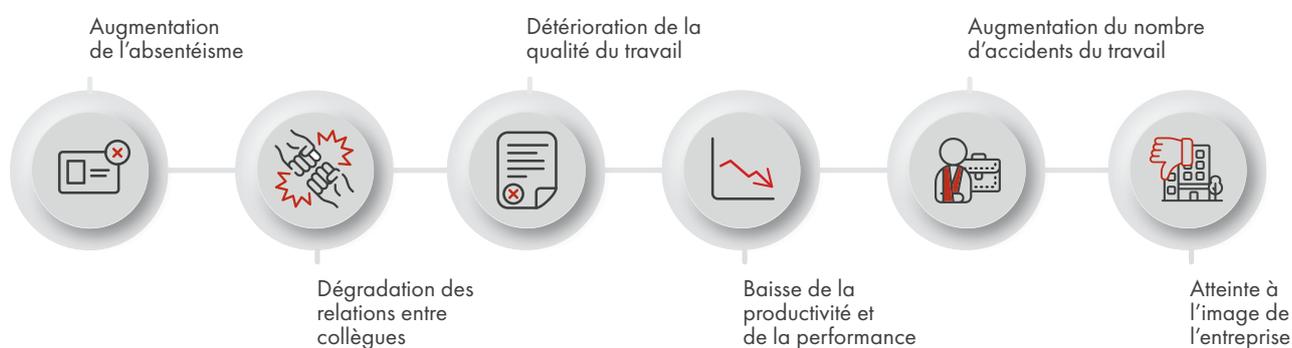
1 verre d'alcool = 10 g d'alcool pur



## L'ÉLIMINATION DE L'ALCOOL DANS L'ORGANISME



## LES CONSÉQUENCES D'UNE CONSOMMATION D'ALCOOL AU TRAVAIL



### LE BINGE-DRINKING

Le binge-drinking est une alcoolisation ponctuelle importante (API) sur un temps très court avec une recherche de l'ivresse. On parle de consommation massive à partir de 6 unités d'alcool lors d'un même événement. Le binge-drinking expose à d'autres risques que ceux de la consommation régulière d'alcool : perte de contrôle, comportements violents, accidents de la route, augmentation des violences physiques, morales ou sexuelles, coma éthylique, troubles respiratoires, ... Sur le long terme, le cerveau peut également être impacté par ces excès.

