VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

BIERE SANS ALCOOL

Par Profil supprimé Postée le 17/04/2013 14:00

> bonjour, je souhaiterai savoir si l'on peut être dépendant a la bière sans alcool (0,9% d'alcool). surtout si l'on en boit tous les jours 4, mais a coté de cela on ne boit aucun autre alcool. Merci.

Mise en ligne le 22/04/2013

Bonjour,

Il semblerait que l'être humain puisse être dépendant à un tas de choses, mais il existe différentes formes de dépendance.

Certains produits psychoactifs peuvent occasionner une dépendance physique. C'est le cas de l'héroïne et de tous les opiacés (morphine, codéïne...), d'une famille de médicaments appelée benzodiazépines (Lexomil, Stilnox...), et c'est le cas évidemment de l'alcool. Pour que l'alcool rende dépendant physiquement, cela nécessite qu'une certaine quantité d'éthanol soit absorbée quotidiennement et pendant un certain temps. Mais les êtres humains sont très inégaux sur ces choses là et il n'existe pas vraiment de repère chiffré qui permettrait de dire qu'à partir de tant d'alcool ingéré tous les jours pendant telle période alors, assurément, tout individu développera une dépendance physique à l'alcool.

Pour compliquer un peu les choses, il y a aussi ce que l'on appelle la dépendance psychologique. Cette forme de dépendance peut se développer en parallèle de la dépendance physique pour tous les produits mentionnés plus haut mais elle peut aussi se mettre en place pour d'autres types de produits psychoactifs (cannabis, cocaïne, ecstasy...) et même pour des comportements. Ainsi certaines personnes peuvent être dépendantes au jeu, au sport, au travail, ...

Nous nous sommes permis de faire ce petit état de lieu pour vous dire que l'on peut être psychologiquement dépendant à la bière "sans alcool", comme l'on pourrait l'être au café, au soda... Ce qui peut permettre de repérer si l'on est dépendant ou pas c'est de régulièrement arrêter pendant plusieurs jours ses consommations et voir comment l'on se sent. Si cet arrêt engendre une certaine difficulté, alors c'est une consommation qui pose question.

Concernant le possible développement d'une dépendance physique à la bière "sans alcool", les discours sont plus controversés. Nous pouvons vous indiquer pour repère que ces boissons sont le plus souvent contre indiquées aux personnes ayant déjà connu une dépendance à l'alcool. Quand ce n'est pas le cas, il est difficile comme nous vous l'indiquions plus haut d'estimer à partir de combien de bière "sans alcool" une personne pourrait être susceptible de développer une dépendance physique à l'alcool. Là encore, nous vous donnons pour repère ce qu'il en est du syndrome de manque physique à l'alcool à l'arrêt brutal du produit: sueurs, tremblements, nausées, vomissements...

Si vous souhaitez plus de précisions ou discuter d'une situation particulière, n'hésitez pas à nous recontacter ou à nous joindre par téléphone au 0 800 23 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Cordialement.