

# ALCOOL

## Alcool et travail : quels sont réellement les liens et les risques associés ?

Grâce à un échantillon  
représentatif portant sur  
200 000 personnes de 18 à 69  
ans, la cohorte **CONSTANCES**  
documente les liens entre  
conduites addictives et  
conditions de travail.

Cette fiche présente les  
données clés de cette cohorte,  
vous aidant ainsi à abattre les  
principales idées reçues sur la  
question de l'alcool au travail.




5'

### Nos sources

• [Constances](#)

**Addict AIDE**<sup>pro</sup>  
LES ADDICTIONS EN MILIEU PROFESSIONNEL



## **Les principales substances consommées par les salariés et les agents du secteur public sont le tabac, l'alcool et le cannabis.**

Les données présentées concernent les consommations de boissons alcoolisées. Ces chiffres sont importants à prendre en compte pour adapter les modalités de prévention ainsi que le suivi des salariés et des agents publics sur leur lieu de travail.



# LES POPULATIONS À RISQUES

## Qui consomme de l'alcool au travail ?

L'usage à risque d'alcool mesuré par [le questionnaire Audit](#) est retrouvé chez près de **20 % des hommes et 8 % des femmes**. Parmi cette population, 4 % des hommes seraient dépendants et environ 1 % des femmes.

### Les jeunes actifs de 18 à 35 ans

Les jeunes actifs de 18-35 ans, une tranche d'âge particulièrement concernée par :

- **La consommation de substances psychoactives** notamment un usage à risque d'alcool
- **Des consommations de tabac et de cannabis** qui tendent à augmenter proportionnellement à la consommation d'alcool
- **Des modalités d'usages plutôt de type binge-drinking** (au moins 6 verres par occasion) alors que les générations plus âgées sont davantage exposées à une consommation chronique excessive (au moins 2 verres par jour chez la femme et 4 verres par jour chez l'homme).

**L'âge est à prendre en compte pour ce type de conduites aux conséquences importantes, violentes et parfois durables.** Même s'il est plus fréquent chez les adolescents et les post-adolescents, les adultes (jeunes et de plus de 35 ans) sont également concernés et ne doivent pas être oubliés dans l'approche préventive.

## Les catégories socio-professionnelles élevées

Les données de la cohorte Constances montrent que **les consommations d'alcool existent dans toutes les catégories socio-professionnelles**, y compris les cadres. Chez ces derniers, près de 20% des hommes et 8% des femmes ont un usage à risque. **Les femmes au statut socio-professionnel élevé sont significativement plus à risque.**

**Les actions de prévention doivent donc concerner l'ensemble des travailleurs de l'entreprise.** L'absence d'effet protecteur de la catégorie socioprofessionnelle est importante à diffuser. Les femmes ne doivent pas être exclues des stratégies de prévention et de repérage des usages à risque.





19.8 % d'hommes actifs et 8 %  
de femmes actives ont  
**un usage dangereux de l'alcool**  
dont **10.7 % de femmes cadres.**

Source : [Constances](https://www.constances.fr/)

<https://www.constances.fr/>

## Quels sont les modes de consommation ?

### Usage à moindre risque (ponctuel)

En dessous de 10 verres par semaine avec deux jours sans consommation et en dehors des situations personnelles ou professionnelles où la consommation d'alcool entraîne un risque (conduite en état d'ébriété, traitement médicamenteux en cours...).

### Usage à risque

Défini à partir du score au [questionnaire AUDIT](#) : un score supérieur à 7 témoigne d'une consommation dangereuse, un score supérieur à 15 d'un risque de dépendance.

### Binge-drinking

Au moins 6 verres d'alcool standard en une occasion, au moins une fois par mois.

# LES FACTEURS AGGRAVANTS

## Le travail est-il un facteur aggravant ?

**Le travail et l'emploi seraient plutôt pondérateurs.** Être un actif occupé et avoir un emploi semble être globalement protecteurs vis-à-vis de nombreux déterminants de santé dont la consommation de substances psychoactives.

**Cette tendance doit être nuancée** selon les domaines d'activités et/ou les entreprises.

### Les secteurs à risques

**Si tous les secteurs sont concernés, certains seraient plus exposés** comme les métiers des arts du spectacle, de l'hôtellerie et de la restauration, de l'agriculture, du transport, de la construction et des métiers en relation avec le public.

Ces secteurs doivent faire l'objet d'**une attention particulière des dirigeants** et responsables d'organisation ainsi que des services de santé au travail afin de **diminuer les risques psychosociaux et le niveau de pénibilité des conditions de travail.**

**Diminuer le niveau de stress** est également un enjeu majeur dans ces secteurs en particulier.

## Focus sur le binge-drinking

Pour l’OMS, le binge-drinking (ou alcoolisation ponctuelle importante) correspond à une consommation d’au moins 6 verres standard d’alcool en une occasion et cela au moins une fois par mois. La France est parmi les pays les plus concernés.

Le binge-drinking est très généralisé et n’est pas forcément l’apanage de personnes présentant un état dépressif. Bien que la prévalence soit plus élevée chez les sujets de moins de 35 ans (+40 % chez les hommes et 16 % chez les femmes), les plus de 50 ans sont également concernés.

La prévalence de tabac est plus élevée chez les binge-drinkers que dans la population générale et cela quel que soit l’âge, notamment chez les moins de 35 ans. Le binge-drinking est donc à repérer chez tous les fumeurs et particulièrement chez les jeunes fumeurs.



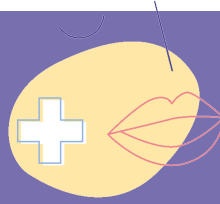
## L'exposition au stress

L'exposition stressante au public dans le cadre professionnel requiert une vigilance particulière : **les métiers en relation avec le public peuvent générer des risques psychosociaux** comme une intense demande émotionnelle ou du stress.

Dans ce contexte, les hommes auraient un risque augmenté de binge-drinking tandis que les femmes seraient davantage exposées à un risque de consommation hebdomadaire d'alcool (**le risque de dépendance à l'alcool double**).



## — En conclusion...



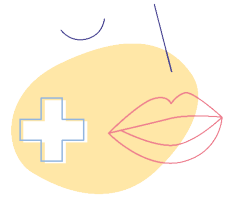
Constances confirme l'impact de l'environnement professionnel sur les consommations des individus et souligne que la prévention des consommations de substances psychoactives relève d'un principe commun à toute action en santé-travail.

Les actions de prévention collective pour l'ensemble du personnel doivent s'articuler avec un accompagnement individuel pour les personnes ayant des consommations à haut risque.

Il est indispensable d'évaluer le risque alcool au sein de l'entreprise. En plus d'encadrer la consommation de cette substance psychoactive, les actions de prévention devront, entre autres, porter sur les causes des usages de l'alcool. Toutes les catégories d'âge et de statut socio-professionnel doivent en bénéficier.

# ILS PEUVENT VOUS AIDER

L'annuaire des acteurs compétents.



Start-up



Associations



Cabinets de conseil



Complémentaires santé



Médecins du travail



Organismes Publics



Partenaires institutionnels



## Une question, un doute ?

Prenez rendez-vous avec votre Médecin du travail et son équipe. Ils sont là pour vous aider.

# APPROFONDISSEZ LE SUJET

Avec ces fiches complémentaires

- Quelles sont les  
principales addictions  
en entreprise ?

7'



- Comment réagir à  
un salarié en détresse  
(alcool/drogue) ?

3'



Toutes les fiches sont sur [www.addictaide.fr/pro](http://www.addictaide.fr/pro)

## UNE IDÉE DE FICHE, UN AVIS ?

On vous écoute !



Le Fonds Addict'Aide réunit tous les acteurs concernés par la lutte contre les addictions dans le but de développer des projets préventifs innovants. Le portail Addict'Aide Pro est dédié à la prévention des conduites addictives en milieu professionnel.

Tour Montparnasse • 33 avenue du Maine BP 119 • 75755 Paris Cedex 15  
[contact@addict-aide.org](mailto:contact@addict-aide.org)

Addict AIDE  
LES ADDICTIQUES EN MILIEU PROFESSIONNEL