

Consommation excessive d'alcool

Guide d'activités, niveaux 6 à 12



Know Your Neuro

Alcool : Nom chimique ; éthanol : un élément du système nerveux central

L'alcool est un déprimeur associé à des troubles cognitifs, de la mémoire, moteurs et sensoriels. Ses sous-produits, comme l'acétaldéhyde, sont toxiques pour les organes, notamment le cerveau.

Consommation excessive d'alcool : Consommer quatre verres ou plus d'affilée (pour

Pour les femmes, la consommation de cinq verres ou plus d'affilée (pour les hommes) en l'espace de quelques heures entraîne un taux d'alcoolémie dangereux de 0,08 ou plus.

Intoxication : Le point auquel l'alcool déprime la

Système nerveux central, affectant négativement l'humeur et les capacités mentales et physiques.

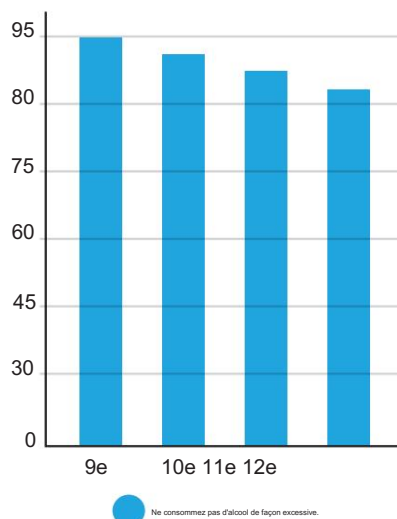
Intoxication alcoolique : lorsque la quantité d'alcool dans le sang

Sa présence dans le sang provoque l'arrêt de certaines parties du cerveau qui contrôlent les fonctions vitales de base (rythme cardiaque, respiration et régulation de la température) ; peut entraîner des lésions cérébrales permanentes ou la mort.

Section de pensée critique

Discussion

- Quelles sont vos convictions concernant la consommation excessive d'alcool ? Est-ce un rite de passage dans notre pays ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Connaissez-vous quelqu'un qui a abusé de l'alcool ? Comment a-t-il/elle réagi ? Qu'a-t-il/elle fait ?
 - Pourquoi la consommation excessive d'alcool augmente-t-elle à la fin du lycée et au début de l'université, mais diminue-t-elle à la fin de l'université ?
 - Quel est l'organe qui traite les toxines dans le corps ? Comment est-il affecté par une consommation excessive d'alcool ?
 - Qu'est-ce que l'alcoolémie ?
Quel est le lien entre la consommation excessive d'alcool et le taux d'alcoolémie ?
 - Pourquoi les jeunes mineurs consomment-ils de l'alcool de façon excessive alors qu'ils connaissent les conséquences potentiellement mortelles ?
- Les jeunes idéalisent-ils et
S'adonner à la consommation excessive d'alcool pour « s'intégrer » ?
Pourquoi ou pourquoi pas ?



Parmi les lycéens ayant déjà consommé de l'alcool, la majorité choisit de ne pas s'adonner à la consommation excessive. Cependant, plus de 15 % des élèves de terminale qui choisissent de boire s'adonnent à la consommation excessive.

- Pourquoi les jeunes se retrouvent-ils parfois l'impression que « tout le monde le fait » ?
- La majorité des jeunes qui ne le font pas
Les jeunes parlent-ils de ne pas boire ? Ou bien, la minorité de consommateurs mineurs idéalise-t-elle la consommation d'alcool ? Pourquoi ?

Activités

- Rendez-vous sur <https://www.calculator.net/bac-calculator.html> et calculez votre taux d'alcoolémie pour tous les membres de votre famille.
- Quels sont les effets comportementaux de un taux d'alcoolémie de 0,030 ? 0,08 ? et 0,20 ?
 - Que signifie un taux d'alcoolémie de 0,030 ? 0,08 ? et 0,20 altère ?
 - Quels sont les symptômes d'une intoxication alcoolique ou d'une surdose d'alcool ?
 - Que faire si une personne souffre d'une intoxication alcoolique ou d'une surdose ?
 - Que ne faut-il pas faire si une personne souffre d'intoxication alcoolique ou de surdose ?
 - Regardez le documentaire « L'histoire de Shelby » et discutez des conséquences émotionnelles, physiques et juridiques de la consommation excessive d'alcool chez les mineurs.
<https://vimeo.com/40180033>
 - Regardez le documentaire « Teen Girls & Binge Drinking » et discutez des pressions exercées pour s'intégrer.
<https://www.youtube.com/watch?v=ean7tuXLYJ4>