

# LA PROBLÉMATIQUE DE L'ALCOOL AU QUÉBEC

## Une substance largement acceptée et consommée au Québec

- La majorité des adultes québécois consomme de l'alcool (84 % des hommes et 79 % des femmes)<sup>1</sup> faisant du Québec l'une des provinces où l'on consomme le plus d'alcool au pays.
- Bien qu'il soit interdit de se procurer de l'alcool pour les moins de 18 ans, plusieurs mineurs en consomment. En 2019, 53 % des élèves du secondaire avaient consommé de l'alcool dans la dernière année, dont 12 % plus d'une fois par mois<sup>2</sup>.
- Plus d'un jeune sur 10 (12 %) a été initié à l'alcool avant l'âge de 12 ans<sup>3</sup>.
- De 2005 à 2008\*, entre 21 % et 34 % des mères admettent avoir consommé de l'alcool pendant leur grossesse<sup>4</sup>.
- L'alcool est devenu un pan de la culture québécoise. Plusieurs émissions populaires et médias le valorise de diverses façons : Tout le monde en parle, Y'a du monde à messe, Occupation double, Ça finit bien la semaine, Les Chefs, Salut Bonjour, XOXO, L'Île de l'amour, La Presse+, Clan MacLeod, Debout les comiques, etc.

\* Remarque : aucune donnée populationnelle plus récente n'est disponible pour le Québec. Réaliser des enquêtes actuelles sur cet enjeu préoccupant est souhaitable.



## Des impacts sous-estimés

- Selon une enquête de l'INSPQ en 2021, 3 adultes québécois sur 5 (60 %) estiment que boire avec modération est sans danger et 2 sur 5 sont d'accord que l'alcool consommé modérément a des effets bénéfiques sur la santé<sup>5</sup>.
- Alors que quelques études controversées mentionnent certains effets protecteurs ou bénéfiques de l'alcool, il est déconseillé d'en commencer la consommation pour en tirer des bénéfices potentiels même sur le plan cardiovasculaire<sup>6, 7</sup> : **environ 200 problèmes sociaux et de santé sont associés à la consommation d'alcool et toute consommation régulière d'alcool, même faible, peut nuire à la santé<sup>8, 9</sup>**.
- Malgré plusieurs croyances, l'alcool peut avoir des effets négatifs sur la santé physique et mentale et causer des méfaits à court et à long terme. Il peut aussi exacerber d'autres problématiques psychosociales (violence conjugale, crimes, jeu pathologique, etc.)<sup>10</sup>.
  - La consommation d'alcool cause certains cancers, des maladies digestives comme la cirrhose et les ulcères et des problèmes cardiovasculaires. Elle provoque aussi des intoxications pouvant entraîner des décès et peut entraîner des blessures à la suite de chutes ou d'accidents.
  - L'alcool agit sur le système nerveux central, ce qui ralentit l'ensemble des fonctions du corps.



En partenariat avec :

Québec 

 **ASPQ**  
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ  
PUBLIQUE DU QUÉBEC

- Bien qu'il semble apaiser et rendre joyeux, il s'agit d'un dépresseur qui peut avoir un impact néfaste sur l'humeur, l'anxiété, le raisonnement et les comportements impulsifs ou à risque.
- Consommée à l'adolescence, l'alcool nuit au développement du cerveau<sup>8</sup>.
- L'alcool est un facteur de risque associé au suicide<sup>11</sup>, car il augmente le risque de comportements et idées suicidaires. Au Canada, 20 à 30 % des décès par suicide implique aussi une consommation d'alcool<sup>12</sup>.
- Il existe des liens étroits entre la consommation d'alcool et l'éclosion, la fréquence, la gravité et la perception des actes de violence : au Canada, les agresseurs avaient consommé de l'alcool dans près de la moitié (43 %) des cas observés de violence et d'agression<sup>13</sup>.
- Pour le fœtus, l'alcool est toxique. Consommé pendant la grossesse, ses effets sont imprévisibles et irréversibles (ex. : trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale)<sup>8</sup>.
- Au Québec, en 2019, on estime le taux d'hospitalisation entièrement attribuables à l'alcool à 210 pour 100 000 habitants (près de 18 000 hospitalisations), soit un taux similaire à 2018 et qui est en augmentation depuis 2015<sup>14</sup>.

## Des milliards de dollars de coûts sociaux et sanitaires

En additionnant les coûts des soins de santé, d'invalidité et sociaux découlant des méfaits de la consommation d'alcool, les chiffres les plus récents permettent d'estimer à près de 3 milliards de dollars par an les impacts économiques liés aux méfaits de l'alcool au Québec<sup>19</sup>. Cela en fait la substance ayant le plus grand impact financier au Québec.

### Coûts sociaux et de santé estimés de l'usage d'alcool au Québec en 2017

Soins de santé  
873,51 M\$

Perte de productivité  
935,36 M\$

Justice pénale  
639,58 M\$

Total des coûts  
2,73 G\$

Autres coûts  
279,70 M\$



## Problèmes d'excès et de dépendance

- Depuis 2015, au Québec, près d'un 1 consommateur sur 5 de 12 ans et plus déclare, annuellement, avoir consommé de manière abusive, c'est-à-dire boire, au moins une fois par mois, plus de cinq verres en une occasion pour les hommes et quatre verres pour les femmes<sup>15</sup>.
- Cette proportion grimpe chez les jeunes de 15-29 ans, dont près du tiers (31 %) déclarent une consommation excessive dans les 12 mois précédents<sup>16</sup>.
- Plus d'un élève du secondaire sur 10 (11 %) rapporte une consommation d'alcool excessive à répétition (5 consommations ou plus en une occasion, au moins 5 fois dans les 12 derniers mois)<sup>17</sup>.
- Selon les données les plus récentes issues de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes 2011-2012, 2,7 % de la population du Québec aurait une dépendance à l'alcool<sup>18</sup>.



## Une promotion qui hausse la consommation

- Tel qu'illustré dans le portrait de l'ASPQ, le marketing de l'alcool est intensif au Québec. Les nombreux rabais et offres promotionnelles s'additionnent aux étalages flamboyants, aux concours et aux publicités omniprésentes en ligne comme dans les espaces publics<sup>20</sup>.
- La publicité fait **augmenter** la consommation d'alcool<sup>21</sup>;
- Faciliter l'accès physique et économique à l'alcool contribue à **augmenter** sa consommation et donc ses risques et les coûts de ses méfaits<sup>22</sup>;
- Baliser davantage la publicité est efficace pour **diminuer** la morbidité et la mortalité liées à l'alcool<sup>23</sup>.
- L'État contribue à mousser la vente d'alcool par le biais des stratégies de marketing multiplateformes de la Société des alcools (SAQ).