



Réunion du 17 juin 2022

Thème : « Addictions, pourquoi nous et pas les autres ? »

Pourquoi certaines personnes développent une addiction à l'alcool et deviennent malades alcooliques et d'autres non ?

S'il est vrai que l'alcool touche davantage les enfants dont un parent souffre d'alcoolisme, tous les enfants d'alcooliques ne le deviennent pas et beaucoup de personnes dépendantes n'ont pas d'antécédents familiaux . Est-t-on alcoolique de père en fils ?

Les raisons de la maladie sont beaucoup plus complexes .

Si les chercheurs ne nient pas l'existence de facteurs génétiques, l'environnement, les habitudes familiales, l'exposition à l'alcool dès le plus jeune âge, le stress, l'enfance, la timidité, les traumatismes, les problèmes affectifs ou psychologiques sont tout autant que les gènes, des éléments déterminants .

« Nos médecins nous disent que ce n'est pas une hérédité, mais pour moi, on la frôle ».

« Autrefois ,c'était une tradition d'offrir de l'alcool à tout moment de la journée et pour n'importe quelle occasion ainsi qu'à tous les repas ».

« Le terrain familial peut dans certains cas déclencher une prise régulière d'alcool étant jeune et aller jusqu'à la dépendance ».

« Tout le monde était à la même enseigne, mais certains réagissaient différemment » .

« Pour certains ,l'alcool ne leur donnera aucune satisfaction, pour d'autres, l'alcool les aidera à gérer leurs émotions » .

« Moi, dans mon entourage, je n'ai jamais connu le jus de fruit . J'ai connu le vin rouge, le vin chaud avant d'aller au lit . Puis, je me suis marié et l'alcool était toujours présent ... Maintenant, je suis abstinent depuis 14 ans, tout va bien ».

Tout le monde ne devient pas « accro » du jour au lendemain. L'addiction est un processus plus ou moins rapide qui voit les individus augmenter progressivement la fréquence et la quantité de leur consommation .

« J'ai commencé doucement, puis tous les jours et après ça me manquait... »

Il y a aussi dès l'adolescence, l'envie de braver les interdits pousse les jeunes à essayer de faire comme les autres . Les amis et la publicité peuvent aussi exercer une influence néfaste.

« Pour moi, ce n'est pas héréditaire, c'est par rapport à l'entourage des copains ».

« Ma famille était contre la consommation d'alcool et cela ne m'a pas aidé dans le sens où quand j'ai eu ma liberté, je me suis lâché et j'ai voulu faire comme les copains ... »

« Plus on commence à consommer de l'alcool jeune, plus on aura du mal à s'en défaire car le cerveau est habitué et réclame ».

« Le cerveau enregistre tous les rituels que l'on transmet à notre corps. Si certaines personnes ont prit un rituel d'alcool assez jeune, le cerveau enregistre et la demande est constante et durable » .

« J'étais fragile et au travail je consommais, mais comme on me disait que je travaillais bien, je ne remettais pas en cause ma consommation d'alcool, j'étais confiant ».

Il est possible de s'en sortir seul à force de beaucoup de volonté, mais on a de meilleures chances d'arrêter l'alcool lorsqu'on est accompagné, l'essentiel est qu'aujourd'hui nous sommes bien. Soyons fiers de nous ! »

M.F.C.