

## L'alcool et la route

### ➔ L'alcoolémie légale

L'alcoolémie mesure la quantité d'alcool contenue dans l'organisme et notamment dans le sang.

Depuis le 15 septembre 1995, le taux légal maximum à ne pas atteindre pour conduire un véhicule, soumis ou non à permis de conduire, est de 0,5 g par litre de sang ou 0,25 mg par litre d'air expiré.

La conduite sous l'emprise d'un état alcoolique (qui est bien distinct de l'état d'ivresse)

concerne tout conducteur de véhicules (article L1 du code de la route), qu'ils soient à moteur (voitures particulières, poids lourds, véhicules de transport en commun, motocyclettes, cyclomoteurs, véhicules de travaux publics, engins spéciaux), sans moteur (bicyclettes) ou à traction animale.

L'état « d'ivresse manifeste » concerne le piéton. Une personne marchant à côté de son vélo est considérée comme un piéton.

### ➔ Le calcul de l'alcoolémie

La formule théorique suivante donne une idée du taux, mais ne prend pas en compte les phénomènes d'absorption et d'élimination.

Le taux d'alcool est donc fonction :

- De la quantité de liquide bue,
- Du degré d'alcool de la boisson,
- Du poids de la personne,
- Du sexe.

Quantité liquide bue en ml	50 ml
x degré d'alcool (divisé par 100)	x 40°/100
x densité alcool (0,8)	x 0,8
Poids (Kg)	70 kg
X 0,7 (homme)	x 0,7
X 0,6 (femme)	
=	=
TAUX en g/l	0,32 g/litre

## A 2 g par litre de sang : 80 fois plus de risque d'accident

- 0,5 g d'alcool par litre de sang (0,25 mg d'alcool par litre d'air expiré), **le risque est multiplié par 2**
- 0,8 g d'alcool par litre de sang (0,40 mg d'alcool par litre d'air expiré), **le risque est multiplié par 10**

au delà...

**Il faut se méfier des médicaments**, comme ceux contre le rhume, les somnifères, les tranquillisants et même certains antibiotiques.

**Associés à l'alcool, ils multiplient les risques d'accidents.**

## L'absorption d'alcool

### ➔ Connaître les équivalences

Les femmes, à poids égal et à consommation égale, auront un taux supérieur car leur proportion de liquides dans le corps (60%) est moindre que chez l'homme (70%).

Si vous buvez une dose de 3 cl de whisky ou de digestif, 8 cl de vin cuit, un verre de vin de 10 cl ou une chope de bière de 25 cl, vous absorbez une même quantité d'alcool pur, soit 10 g.



### ➔ Votre taux d'alcool sera maximum :

- Une heure après avoir bu votre dernier verre au cours d'un repas,
- Une demi-heure après si vous êtes à jeun.

Pour rester en dessous du taux légal de 0,50 g/l, il ne faudra pas dépasser, au cours d'un repas d'une durée normale, trois verres (apéritif et digestif compris), si on est un homme de 70 kg et deux verres si on est une femme de 50 kg.

## 1 VERRE ABSORBÉ REPRÉSENTE EN G/L

Poids en kg	Homme		Femme	
	A jeun	Lors d'un repas	A jeun	Lors d'un repas
40	0,36	0,24	0,42	0,28
50	0,29	0,19	0,30	0,26
60	0,24	0,16	0,25	0,21
70	0,19	0,16	0,21	0,18
80	0,17	0,14	0,19	0,16
90	0,15	0,13	0,17	0,14

## L'élimination de l'alcool

Le processus d'élimination de l'alcool s'effectue à 95% par le foie, à raison de :

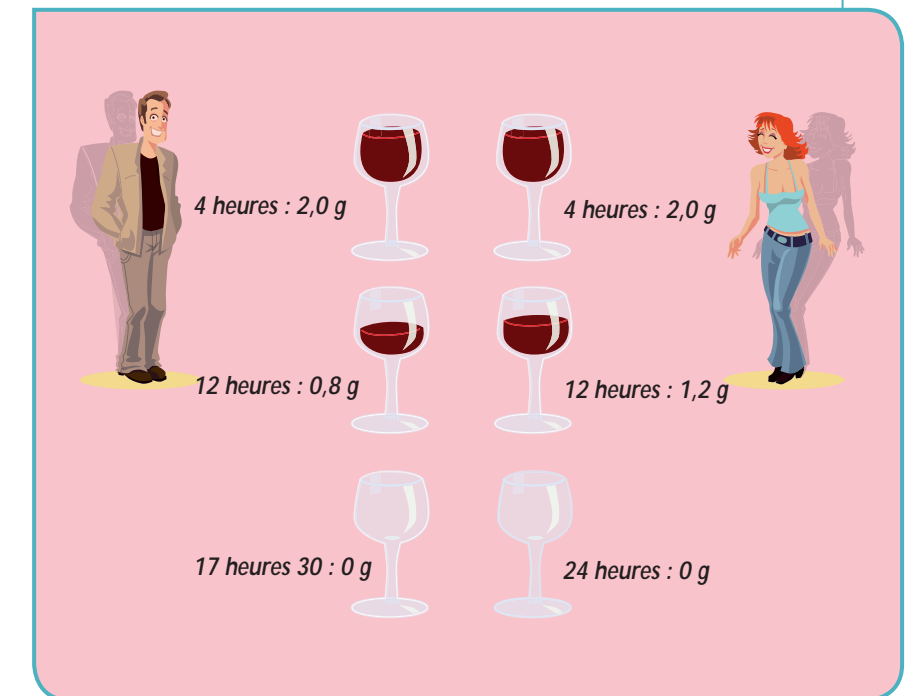
- 0,10 g/l à 0,15 g/l par heure pour l'homme,
- 0,085 g/l à 0,10 g/l pour la femme.

Ce processus se déroule également pendant le sommeil.

Aucun « truc » ne permet d'éliminer l'alcool plus rapidement.

Ainsi, si un homme de 70 kg a une alcoolémie de 2 g/l de sang à minuit, une attente de 13 heures (élimination de 0,15 g/l par heure) ou 20 heures (élimination de 0,10 g/l par heure) lui sera nécessaire pour être revenu à un taux zéro d'alcool.

Pour une femme de 50 kg, il lui faudra attendre entre 20 et 24 heures.



## L'alcool dans les accidents de la route

Les dernières études réalisées, par l'Institut National de Recherche sur les Transports et leur Sécurité (INRETS), l'Observatoire National Interministériel de Sécurité Routière (ONISR), font ressortir l'implication suivante de l'alcool : on retrouve, en moyenne, 1 à 2% des conducteurs (pas toujours les mêmes) avec une alcoolémie supérieure au taux légal.

Ces 1 à 2% de conducteurs sont fortement impliqués dans les accidents et représentent :

- 3 % des conducteurs ayant commis une infraction,
- 6 % des conducteurs impliqués dans un accident matériel,
- 8,7 % des conducteurs impliqués dans un accident corporel,
- 19,1 % des conducteurs impliqués dans un accident mortel.

**L'alcool est présent dans 33 % des accidents mortels. Cette proportion s'élève à 44 % lorsqu'il s'agit d'accidents à un seul véhicule.**

## Les sanctions encourues

■ **Si vous conduisez sans respecter le taux légal de 0,5 g/l, vous risquez les sanctions suivantes :**

**Si votre alcoolémie est  $\geq$  à 0,5 g/l et  $<$  à 0,8 g/l:**

- une amende forfaitaire de 135€, minorée à 90€ si elle est payée dans les trois jours, majorée à 375€ si elle n'est pas payée dans les 30 jours,
- un retrait de 6 points sur le permis, si vous conduisez un véhicule nécessitant un permis.

**Si votre alcoolémie est  $\geq$  à 0,8 g/l, c'est un délit et les peines sont lourdes :**

- 4500€ d'amende,
- jusqu'à 2 ans de prison ou une peine de Travail d'Intérêt Général ou une suspension du permis pendant 3 ans,
- un retrait de 6 points sur le permis, si vous conduisez un véhicule nécessitant un permis.

## Autotestez-vous

■ **Etre en état d'alcoolémie ne veut pas dire être ivre alors, au moindre doute sur votre consommation, autotestez-vous.**

Vérifiez votre taux d'alcool au moyen d'éthylotests disponibles, à faible coût (0,75 à 1,55€ selon les réseaux de distribution), dans les grandes et moyennes surfaces, les pharmacies, les bureaux de tabacs, les stations-services...

**Pour mesurer votre taux maximal, soufflez dans l'éthylotest au moins 30 minutes après absorption de la dernière boisson alcoolisée si vous êtes à jeun, ou une heure si l'alcool est accompagné d'un repas.**



**REGARDEZ-LA DANS LES YEUX**  
**et dites encore que**  
**boire un petit coup**  
**n'a jamais fait de mal à personne**

[www.maaf-prevention.com](http://www.maaf-prevention.com)



**MAAF Prévention - Votre sécurité est une priorité**

Réf. 1622 - Source : Association Aquitaine Sécurité Routière - 09/06



## L'ALCOOL et la route

Prévention  
Infos



**SÉCURITÉ ROUTIÈRE**  
**TOUS RESPONSABLES**

