

L'ALCOOLISME AU FÉMININ



Bertrand Nalpas est directeur de recherche Inserm au Département de l'Information Scientifique et de la Communication (DISC), chargé de mission sur les addictions, et médecin addictologue au Service d'Addictologie du CHU Caremeau, à Nîmes. Il a animé la recherche sur Alcool et Addiction à l'Inserm dès 2002 et a été responsable de la Mission Alcool-Addiction de l'Institut de Santé Publique (Inserm) jusqu'en Juin 2011.

Que nous dit la recherche scientifique sur l'alcoolisme au féminin ?

Les modalités de consommation d'alcool des femmes diffèrent de celles des hommes mais est-ce lié seulement à des explications biographiques, sociales ou environnementales telles que nous en parle le Dr. Fatma Bouvet ? Y a-t-il une composante biologique liée au sexe ?

Les recherches dans ce domaine sont plutôt pauvres. Les publications scientifiques portent essentiellement sur trois domaines. Le premier concerne la variation des effets psychostimulants ressentis de différents produits dont l'alcool, en fonction du cycle menstruel ; une augmentation de ces effets au cours de la période précédant l'ovulation (phase folliculaire) et une réduction dans la phase postérieure (phase lutéale)

ont été observées. Ces modifications, dont l'ampleur n'est pas formellement définie, sont attribuées à la régulation de la sécrétion des hormones ovariennes par l'hypophyse et l'hypothalamus, cette dernière structure faisant partie du système de récompense.

Le deuxième domaine concerne la toxicité hépatique de l'alcool, majorée chez les femmes par rapport aux hommes. Au terme de nombreux travaux, l'impact du cycle ovarien sur le métabolisme de l'alcool a été écarté. Par contre, il a été montré que l'alcool est moins métabolisé, c'est-à-dire moins dégradé, dans l'estomac des femmes que dans celui des hommes ; cela entraîne, à dose absorbée équivalente, un passage accru d'alcool dans la circulation sanguine. Enfin le rôle des

œstrogènes, via une augmentation de l'inflammation des cellules du foie, a aussi été évoqué.

Le dernier domaine concerne le cerveau dont le volume diminuerait plus vite chez les femmes que chez les hommes à consommation d'alcool égale. Les recherches, ici purement observationnelles, n'ont pas encore élucidé le mécanisme sous-jacent.

Les recherches sur les spécificités féminines vis-à-vis de l'alcool pourraient bien se développer dans la mesure où les chercheurs objectivent de plus en plus des différences en fonction du sexe dans leurs expérimentations sur les animaux. Les travaux sur l'interaction entre stress et consommation d'alcool devraient être particulièrement instructifs.

3

questions à Fatma Bouvet de la Maisonneuve



Fatma Bouvet de la Maisonneuve est psychiatre et addictologue.

Elle est responsable de la consultation d'alcoologie pour femmes à l'hôpital Sainte-Anne à Paris. Elle a publié en 2010 aux éditions Odile Jacob : « Les femmes face à l'alcool, résister et s'en sortir ».

Y a-t-il des différences entre hommes et femmes en matière d'alcool-dépendance ?

Oui, il y a des différences entre hommes et femmes sur plusieurs aspects de l'alcool-dépendance, notamment sur les facteurs de risque, les complications et les spécificités cliniques. Concernant le tableau clinique, les femmes présentent souvent leur alcoolisation comme étant solitaire, même s'il arrive qu'elles aient commencé à boire en groupe. Elles consomment à la maison dans un contexte de tristesse ou de dépression. Le mode est la plupart du temps dipsomaniaque, c'est-à-dire qu'elles ont une pulsion irrésistible à consommer ; elles cherchent surtout à s'anesthésier. La consommation est toujours suivie de culpabilité. Il est important de noter que les comorbidités sont différentes, notamment représentées par des troubles dépressifs et anxieux, et le diagnostic rapide d'un trouble associé permet un meilleur résultat thérapeutique.

Quel est l'intérêt d'un service d'alcoologie dédié aux femmes ?

L'intérêt est précisément de se concentrer sur ces spécificités. Les femmes sont très réticentes à consulter pour leur maladie souvent par honte, par crainte d'un jugement moral. Dans notre service, elles savent que nous sommes là pour elles et que nous pouvons intervenir sur tous les aspects. Par exemple, la prise de poids est une complication très mal vécue par les femmes mais dont elles n'osent pas parler. Tous les intervenants - psychiatre-addictologue, psychologue, assistante sociale, infirmière, médecin, nutritionniste - sont sensibles à ces particularités féminines et interviennent dans le sens adéquat. De plus, les psychiatres-addictologues qui animent le service peuvent rapidement repérer les comorbidités qu'ils connaissent bien. L'autre avantage de ce service est qu'il propose un groupe de parole pour femmes. Celles-ci disent qu'elles n'en ont pas trouvé ailleurs et que l'intimité de la majorité des sujets abordés n'est pas facile à aborder devant des hommes.

Selon vous, quelles sont les problématiques de recherche qui restent posées ?

De nombreuses questions sur l'alcoolisme féminin demeurent, comme ses conséquences somatiques et notamment hépatiques, son lien avec les troubles de l'humeur et l'anxiété, les addictions associées y compris les troubles du comportement alimentaire. Surtout, quelles sont les réponses aux plaintes des patientes qui cherchent à comprendre pourquoi leur craving est si fort, pourquoi présentent-elle un mode dipsomaniaque ? Enfin, une question qui concerne autant les femmes que les hommes alcool-dépendants : comment parvenir à reboire « normalement » ?

LE POINT DE VUE DES ASSOCIATIONS



Sylvie Deswarte est chargée de recrutement et formatrice, après un parcours en préfecture où elle a exercé des fonctions de chef de service et notamment chef de cabinet du Préfet. En 2009, elle a rencontré Vie Libre. En 2012, elle a été élue responsable de la section de Dammarie les Lys ainsi que membre du comité départemental (Seine et Marne). Enfin, Sylvie Deswarte est aussi musicienne.



Guilaine Miranda, mariée, deux enfants, est manipulatrice en radiologie. Elle intègre La Croix Bleue en 2000 et y est membre actif depuis 2001. Elle est responsable de la section d'Aulnay en Seine St Denis et membre du conseil d'administration.

Si l'alcoolisme est un sujet tabou, l'alcoolisme féminin le semble encore davantage, tant il bouscule l'image traditionnelle de la femme, de l'épouse, de la mère et de la grand-mère. La consommation d'alcool par un homme est socialement tolérée, perçue comme conviviale, liée à la rencontre et à l'amusement, alors que la femme qui boit dérange voire répugne. C'est donc le plus souvent à la maison que celle-ci s'alcoolise, seule et en cachette, à l'abri du regard du monde, dans la solitude, la honte et la culpabilité. A côté de cette spécificité dans le mode d'alcoolisation, les femmes ne boivent pas toujours pour les mêmes raisons que les hommes. Si elles militent pour l'égalité homme-femme, elles subissent une forte pression de la société pour être performante dans tous les domaines (travail, enfants, couple). Certaines trouvent le remède à leur stress dans l'apaisement que procure une bouteille toujours à portée de main. Elles évoquent aussi très souvent des difficultés affectives, dues par exemple à une mésentente conjugale ou une sexualité mal ressentie voire un drame (viol, inceste). Sont rapportés également des moments de vulnérabilité propres aux femmes comme la ménopause, les périodes prémenstruelles ou la maternité.

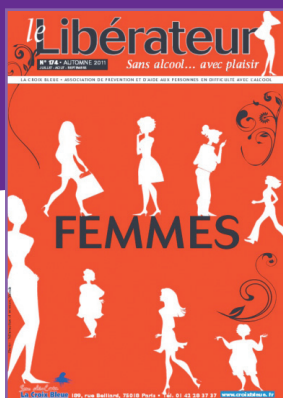
Après avoir caché longtemps sa consommation aux autres et sa propre impuissance à elle-même, arrivera, pour la femme malade alcoolique, le moment de l'acceptation de l'aide et de la mise en place du soin.

Dans nos associations, tout nouveau venu - homme ou femme - est souvent rencontré d'abord individuellement, afin de lui faciliter l'entrée dans le groupe de parole. Ce premier contact peut avoir lieu à une permanence ou dans un lieu neutre.

La personne sera ensuite accueillie par le groupe et dans le groupe, libre de parler ou non. Elle écoutera et il lui faudra parfois du temps pour s'exprimer à son tour. Ce lieu d'accueil est souvent mixte. Parfois un proche, son conjoint par exemple, participe au groupe, cela peut faciliter sa démarche dans un premier temps même s'il est préférable qu'il ait ensuite son propre groupe de parole. L'accueil chaleureux, simple, sans jugement, est très important afin d'instaurer la confiance qui libèrera la parole.

Mais certaines femmes ne s'autorisent pas à parler de certains sujets comme si briser le silence qui les a muselées pendant des années était encore impossible. Des associations leur proposent alors de rejoindre des groupes de femmes pour qu'elles puissent s'exprimer plus librement sur des thèmes sensibles : le regard des autres, la culpabilité ou la sexualité. Le dépassement des blocages peut être ainsi facilité et leur confiance en elles améliorée. Cela peut les amener à participer ensuite plus librement aux groupes mixtes et, bien sûr, à s'investir dans le fonctionnement des associations à plus long terme.

Si la libération de la parole est le maître-mot pour se reconstruire, l'arrêt d'alcool en est le point de départ ; c'est le tremplin permettant d'entreprendre un travail sur ses failles et sur ce qui a amené au mésusage puis à la dépendance. Pour mener ce travail à bien, tous les outils peuvent être utilisés. Ce ne sont pas les mêmes pour tous, c'est pourquoi, il est important pour les femmes comme pour les hommes de pouvoir choisir leur propre solution. Les associations d'entraide doivent donc s'adapter pour répondre à des besoins différents.



Le Libérateur de la Croix Bleue.
Numéro spécial Femmes, disponible sur
<http://www.croixbleue.fr/Le-Liberateur>