

Unité de Recherche en **Epidémiologie Nutritionnelle** (UREN) Inserm/Inra/Cnam/Université Paris 13 : A l'occasion de leur article paru dans le Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire (BEH) sur les **facteurs démographiques, socio-économiques, alimentaires, du mode de vie et de la santé associés à la consommation de boissons alcoolisées**

Une consommation d'alcool plus élevée est plus fréquente chez les personnes plus âgées, ayant des revenus plus élevés, fumeurs et anciens fumeurs, et ayant des consommations alimentaires globalement moins favorables à la santé.

Les caractéristiques socioprofessionnelles associées à la consommation d'alcool sont différentes chez les hommes et les femmes.

Pour la plupart des maladies, notamment des cancers, le fait d'avoir des antécédents familiaux ou personnels n'est pas associé à une moindre consommation d'alcool.

La consommation d'alcool est un facteur de risque majeur pour la santé. Connaître les déterminants de la consommation d'alcool est nécessaire pour identifier les leviers individuels de changement des comportements. Jusqu'à présent, certains déterminants liés au mode de vie, au statut socio-économique, à l'alimentation et aux antécédents de maladies ont été peu ou pas explorés.

Mathilde Touvier (Chercheur INSERM) et Paule Latino-Martel (Chercheur INRA) membres de l'Equipe de coordination de l'étude NutriNet-Santé (UREN, U557 Inserm/Inra/Cnam/Université Paris 13) ont étudié les facteurs démographiques, socio-économiques, alimentaires, du mode de vie et de la santé associés de manière indépendante à la consommation de boissons alcoolisées. L'étude a porté sur un échantillon de 29 566 adultes français participant à l'étude NutriNet-Santé, ayant renseigné 6 enregistrements alimentaires de 24 heures (3 à l'inclusion et

3 un an après), permettant d'estimer la quantité quotidienne moyenne d'alcool apportée par les boissons alcoolisées.

L'étude NutriNet-Santé (www.etude-nutrinet-sante.fr), lancée en 2009 et coordonnée par l'Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (UREN), offrira l'opportunité d'identifier les facteurs de risque ou de protection des maladies chroniques liées à la nutrition. Dès à présent, cette étude permet de mieux comprendre les facteurs qui déterminent les choix alimentaires et l'état nutritionnel des populations. Elle s'appuie sur le recueil de données sur internet.

Les résultats de cette étude spécifique sur les déterminants de la consommation de boissons alcoolisées, publiée dans le Numéro thématique « L'alcool, toujours un facteur de risque majeur pour la santé en France » du Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire,* montrent que :
- Chez les hommes, la probabilité de consommer plus de 10 g d'alcool/j (10 g d'alcool correspondent environ à un verre standard) est plus élevée que chez les femmes ; elle est associée à une surcharge pondérale ; elle est plus fréquente chez les cadres ;
- Chez les femmes, la probabilité de consommer plus de 10 g d'alcool/j est plus élevée chez les chômeuses et les femmes au foyer, mais également, pour les femmes en activité, chez les cadres et artisans, commerçantes et chefs d'entreprise ; elle augmente avec le niveau de diplôme ;
- Chez les hommes et les femmes, la probabilité d'une consommation d'alcool plus élevée augmente avec l'âge et le revenu ; elle est plus élevée chez les fumeurs et anciens fumeurs ; elle est associée avec une alimentation plus riche en énergie, en produits animaux et matières grasses et sauces, et plus pauvre en légumes, fruits, soupes, produits laitiers et céréales du petit-déjeuner, notamment ;
- Les antécédents personnels et familiaux de la plupart des maladies (en particulier le cancer) ne sont pas associés à une moindre consommation d'alcool.

Cette étude souligne l'importance de mener des actions de prévention envers la population adulte, y compris les plus âgés, de manière différenciée selon que l'on s'adresse aux hommes et aux femmes. La consommation d'alcool, cumulée à d'autres facteurs de risque (tabagisme, alimentation déséquilibrée, surcharge pondérale chez les hommes, âge, antécédents de maladies) constitue un contexte aggravant. L'information par les professionnels de santé des personnes ayant des antécédents familiaux ou personnels de maladies liées à l'alcool, notamment de cancers, doit être renforcée.

* Déterminants de la consommation de boissons alcoolisées dans l'Etude NutriNet-Santé, France par Mathilde Touvier, Nathalie Druesne-Pecollo, Pilar Galan, Serge Hercberg et Paule Latino-Martel, BEH 16-17-18/7 mai 2013 Disponible sur http://www.invs.sante.fr/Publications-et-outils/BEH-Bulletin-epidemiologique-hebdomadaire/Derniers-numeros-et-archives

RAPPEL SUR L'ETUDE NUTRINET-SANTE

L'étude NutriNet-Santé (www.etude-nutrinet-sante.fr), s'est fixé comme objectif de recruter des internautes (de plus de 18 ans), les « Nutrinautes », acceptant de répondre chaque année, sur le site www.etude-nutrinet-sante.fr, à des questionnaires sur leur alimentation (3 enregistrements alimentaires de 24 h), sur leur activité physique, leurs poids et taille, leur état de santé et sur divers déterminants des comportements alimentaires. Dans le cadre de leur suivi (l'étude est programmée sur au moins 5 années), les Nutrinautes reçoivent chaque mois un e-mail les informant de l'avancement de l'étude et les invitant à remplir d'éventuels questionnaires complémentaires utiles aux chercheurs pour mieux évaluer l'état nutritionnel et la santé des participants (20 minutes en moyenne par questionnaire).

Des données sont régulièrement collectées sur la santé des participants. Pour pouvoir atteindre l'ensemble de leurs objectifs, les chercheurs souhaitent suivre un maximum de sujets pendant 5 années.

L'APPEL AU RECRUTEMENT DE NOUVEAUX NUTRINAUTES CONTINUE !

Les chercheurs de l'Inserm, de l'Inra, du Cnam et de l'Université Paris 13, en charge de l'étude NutriNet-Santé ont besoin de plus de volontaires pour participer à la plus grande étude jamais lancée dans le monde, sur Internet, pour mieux comprendre les relations entre la nutrition (alimentation et activité physique) et la santé et améliorer la lutte contre les maladies chroniques majeures (maladies cardiovasculaires, cancers, hypertension artérielle, obésité, diabète,…), ainsi que de nombreuses pathologies ayant des conséquences importantes sur le plan humain, social et économique (polyarthrite rhumatoïde, dépression, migraine, allergies, déclin cognitif,…).

Si à ce jour plus de 245 000 internautes se sont déjà inscrits, les chercheurs rappellent qu'ils souhaitent, à terme, recruter 500 000 internautes qui acceptent de participer à cette grande aventure scientifique et humaine.

En consacrant quelques minutes par mois pour répondre, par Internet (sur le site www.etude-nutrinetsante.fr) aux différents questionnaires simples et confidentiels, sur l'alimentation, l'activité physique et la santé, les participants contribuent à faire progresser les connaissances en nutrition. Par ce geste citoyen, chacun peut facilement devenir un acteur de la recherche et, en quelques clics chaque mois, jouer un rôle important pour l'amélioration de la santé de tous et le bien-être des générations futures.