L’alcool : diffusion et élimination

I. Entrée en matière : définition

L’alcoolémie est la concentration d’alcool dans le sang. L’alcool absorbé passe dans la circulation puis est éliminé principalement par le foie.

Sensibilisation à la sécurité routière

Le café, une douche et l’exercice ne rendent pas sobre. Un départ matinal après une soirée reste à risque.

II. Cinq questions ouvertes

Progression : repérer → expliquer → appliquer → analyser → argumenter. Répondre avec ses propres mots avant de consulter le corrigé.

1. Quel trajet l’alcool suit-il dans l’organisme ?

.....

2. Quels facteurs influencent l’évolution de l’alcoolémie ?

.....

3. Pourquoi manger ne permet-il pas d’annuler l’alcool consommé ?

.....

4. Comment préparer un départ le lendemain d’une soirée ?

.....

5. Comment réfuter l’idée qu’un café suffit pour pouvoir conduire ?

.....

À l’oral : illustrer chaque réponse par une situation de conduite et justifier le choix le plus sûr.

III. Réponses expliquées

COMPRENDRE EN IMAGES



Absorption

L'alcool passe du tube digestif au sang.

Diffusion

Le cerveau et les autres organes sont atteints.

Élimination

Le foie élimine progressivement l'alcool.

1	Il est absorbé par le tube digestif, passe dans le sang et atteint les organes, dont le cerveau. Le foie assure l'essentiel de son élimination.
2	Quantité consommée, rapidité de consommation, repas, masse et composition corporelles modifient l'évolution. Deux personnes ne réagissent pas de manière identique.
3	Le repas peut retarder l'absorption ; il ne détruit pas l'alcool. Le taux peut encore augmenter après le dernier verre.
4	Prévoir une solution alternative et ne pas déduire son aptitude de quelques heures de sommeil. Un contrôle adapté peut aider ; au moindre doute, renoncer.
5	Le café peut modifier la sensation d'éveil sans accélérer suffisamment l'élimination. Une personne plus éveillée peut conserver une alcoolémie interdite et des capacités altérées.

IV. Tableau de synthèse

Situation / notion	Repère / action
Repas	Absorption parfois retardée
Café ou douche	Aucune garantie de sobriété
Attente	Élimination progressive et variable

V. Réglementation et sanctions utiles

Le mécanisme biologique n'est pas une infraction. Conduire à partir des seuils interdits expose aux sanctions pour alcool au volant ; voir la fiche 20.

Les plafonds pénaux indiqués ne sont pas des peines automatiques. La qualification, les aggravations et les décisions des autorités déterminent les suites.

Sources pour vérifier et approfondir

Service Public - Alcool au volant

Sécurité routière - Alcool et conduite