

Vous connaissez...

Quels sont les effets de l'alcool et des autres substances sur la conduite ?

Quand vous êtes au volant, vos mains, vos yeux et vos pieds commandent le véhicule, mais c'est votre cerveau qui commande vos yeux, vos mains et vos pieds. Pour conduire en toute sécurité, vous devez être éveillé et conscient, et capable de réagir instantanément à un environnement qui change constamment et rapidement.

En présence d'alcool ou d'autres drogues, le cerveau et le corps ne fonctionnent plus normalement. Prendre le volant pose alors un risque, même pour un conducteur chevronné. Bien que chaque drogue ait des effets différents sur la conduite, une drogue qui vous ralentit, vous stimule ou vous fait voir les choses différemment aura un effet sur votre conduite et, trop souvent, entraînera des conséquences tragiques.

La conduite avec facultés affaiblies

L'ALCOOL ET LES AUTRES NEURODÉPRESSEURS

L'alcool engourdit l'esprit et réduit la coordination motrice. Les personnes qui conduisent après avoir bu de l'alcool ne peuvent pas réagir avec autant de rapidité quand il le faut. Leur vision est atteinte : les objets paraissent flous ou même doubles. L'alcool modifie leur perspective des choses, de sorte qu'elles évaluent mal la distance à laquelle se trouvent un autre véhicule, un piéton ou un objet. Comme l'alcool affecte le jugement, une personne qui prend le volant après avoir bu risque de se sentir trop sûre d'elle-même. Ne réalisant pas qu'elle n'est pas en état de conduire, elle sera sans doute moins attentive qu'elle ne devrait l'être et prendra des risques – elle fera des zigzags ou des excès de vitesse, conduira sur l'accotement et, trop souvent, causera un accident.

L'alcool est un neurodépresseur, ce qui veut dire qu'il ralentit le fonctionnement du cerveau et du corps. D'autres neurodépresseurs, parmi lesquels des médicaments sur ordonnance tels que sédatifs et médicaments antidouleur, présentent des risques semblables à ceux de l'alcool pour un conducteur. N'importe quel médicament qui cause une somnolence, comme certains médicaments contre la toux, le rhume ou les allergies, risque aussi d'avoir des effets dangereux sur la conduite. Quand l'alcool est combiné à un autre neurodépresseur, les effets sont encore plus forts et donc plus dangereux que ceux d'un médicament à lui seul. Quand vous prenez des médicaments, qu'ils soient sur ordonnance ou en vente libre, vous devez donc en parler à votre médecin ou pharmacien avant de conduire.

LES STIMULANTS

En prenant des stimulants tels que la caféine, les amphétamines et la cocaïne, vous vous sentirez peut-être plus éveillé, mais cela ne veut pas dire que vous serez mieux en mesure de conduire. Un conducteur fatigué qui boit du café pour ne pas s'endormir sur la route devrait Les amphétamines ne semblent pas avoir d'effet contraire sur la conduite quand on respecte la dose prescrite, mais certaines personnes qui en prennent se sentent trop sûres d'elles-mêmes et risquent de conduire

dangereusement. Des doses plus fortes d'amphétamines rendent souvent une personne hostile et agressive.

Les personnes qui prennent de la cocaïne risquent également de se sentir trop sûres d'elles au volant. La cocaïne affecte la vue : elle la rend floue et peut causer des reflets et des hallucinations. Un conducteur victime de l'effet « flocons de neige » dans sa vision périphérique risque de virer brusquement d'un côté ou d'un autre pour éviter des lumières qu'il croit avoir vues. Les personnes qui prennent de la cocaïne peuvent aussi imaginer des sons, comme des cloches, ou peuvent sentir des odeurs qui n'existent pas, comme celles de la fumée ou de l'essence, qui les distrairont au volant.

LE CANNABIS ET LES AUTRES HALLUCINOGENÈS

Le cannabis modifie les perspectives, diminue l'attention et la concentration, ralentit les réflexes et réduit la force musculaire et la dextérité - des effets qui risquent tous de nuire à la capacité de conduire.

Les drogues hallucinogènes telles que le LSD, l'ecstasy, la mescaline et la psilocybine altèrent la perception et l'humeur. Il est extrêmement dangereux de conduire sous l'influence de l'une de ces drogues.

Que veut dire « taux d'alcool dans le sang » ?

L'alcool que vous buvez passe directement de votre estomac dans votre sang. La police peut mesurer le taux d'alcool dans le sang (« alcoolémie ») à l'aide d'un ivressomètre ou au moyen d'une analyse de sang.

En vertu du *Code de la route de l'Ontario*, conduire un véhicule avec un taux d'alcoolémie se situant entre 0,05 et 0,08 (fourchette d'avertissement) peut entraîner une suspension du permis de conduire pendant trois jours pour une première infraction, pendant sept jours pour une deuxième infraction et pendant 30 jours pour une infraction subséquente. Selon le *Code criminel du Canada*, la « limite légale » pour ceux qui boivent avant de prendre le volant est un taux de 0,08. En Ontario, pour les détenteurs d'un permis de délivrance graduelle de catégorie 1 ou 2, le taux d'alcoolémie doit toujours être de 0.

Étant donné que chaque personne réagit différemment aux effets de l'alcool, il est très difficile d'évaluer son propre taux d'alcoolémie. Même si une personne ne se sent pas « ivre », aux yeux de la loi, il se peut qu'elle ne soit pas en état de conduire.

Après avoir bu, y a-t-il un moyen de « redevenir sobre » rapidement pour pouvoir rentrer chez soi en voiture ?

Non. L'alcool passe dans le sang dès qu'il est consommé et seul le temps peut réduire la concentration d'alcool dans le sang. En moyenne, il faut environ une heure au corps humain pour métaboliser deux tiers de l'alcool contenu dans un verre standard et l'éliminer. Ce taux est constant, ce qui veut dire que plus vous buvez, plus vous devez attendre avant de pouvoir conduire. Vous vous sentirez plus éveillé en buvant du café ou une autre boisson à base de caféine, mais vous ne serez pas plus capable de conduire.

Combien d'accidents de la route sont attribués à des conducteurs qui ont consommé de l'alcool ou une autre substance ?

La conduite avec facultés affaiblies est la première cause criminelle de décès et de blessures au Canada. En moyenne, plus de 1 200 personnes meurent et plus de 71 500 personnes sont blessées chaque année au Canada en raison de la conduite avec facultés affaiblies. Les jeunes qui prennent le volant après avoir consommé de l'alcool ou d'autres drogues risquent tout particulièrement d'avoir un accident de voiture, car ils manquent d'expérience sur la route et ont plus tendance à prendre des risques.

Qui prend le volant après avoir bu ?

Diverses études ont démontré que les personnes reconnues coupables de conduite avec facultés affaiblies viennent de toutes sortes de milieux et font partie de tous les groupes d'âge et de tous les niveaux de revenus. Ces études indiquent aussi que ces personnes possèdent certaines caractéristiques en commun :

- La majorité sont des hommes.

- Un grand nombre d'entre elles sont de « gros buveurs ».
- Beaucoup ont une attitude « antisociale », c.-à-d. qu'elles ne respectent ni la loi ni la sécurité des autres.
- Presque toutes les personnes condamnées pour conduite en état d'ébriété admettent avoir souvent pris le volant après avoir bu.

Que fait-on pour lutter contre la conduite avec facultés affaiblies ?

Depuis mai 2009, la conduite d'un véhicule en Ontario avec un taux d'alcoolémie se situant entre 0,05 et 0,08 (fourchette d'avertissement) peut entraîner la suspension du permis de conduire pendant trois jours pour une première infraction, pendant sept jours pour une deuxième infraction et pendant 30 jours pour une infraction subséquente.

Conduire n'importe quel véhicule (y compris une embarcation) avec des facultés affaiblies est une infraction criminelle passible de peines graves en vertu des lois provinciales et fédérales, entre autres : la suspension du permis de conduire, des amendes, une peine d'emprisonnement, un programme de traitement ou d'éducation, et une période au cours de laquelle on peut conduire uniquement un véhicule muni d'un antidémarrage, qui empêche le démarrage du véhicule si le taux d'alcoolémie du conducteur est supérieur à la limite établie.

Le terme « facultés affaiblies » s'applique non seulement aux effets de l'alcool mais aussi à ceux d'autres drogues. Les infractions liées aux facultés affaiblies sont les plus communes en Ontario et le système judiciaire y consacre plus de ressources qu'à la poursuite de tout autre type d'infraction.

Un conducteur peut être accusé s'il échoue au test de l'ivressomètre ou s'il refuse de le passer. En Ontario, une accusation de conduite avec un taux d'alcoolémie de plus de 0,08 ou le refus de fournir un échantillon d'haleine entraîne une suspension automatique du permis de conduire pour une période de 90 jours au moment où l'accusation est portée.

Les peines associées aux condamnations pour conduite avec facultés affaiblies varient selon le nombre de récidives :

- Une première condamnation entraîne une amende de 1 000 \$, la suspension du permis de conduire pour une période d'un an et, une fois le permis rétabli, l'imposition d'une condition exigeant l'utilisation d'un antidémarrreur pendant au moins un an.
- Une seconde condamnation entraîne une peine d'emprisonnement de 30 jours, la suspension du permis pour une période de trois ans et l'imposition d'une condition exigeant l'utilisation d'un antidémarrreur pendant trois ans.
- Une troisième condamnation entraîne une peine d'emprisonnement de 120 jours et la suspension à vie du permis de conduire (qui peut être ramenée à dix ans, à certaines conditions).
- Une quatrième condamnation empêchera à jamais une personne de détenir un permis de conduire de l'Ontario et la condamnera à 120 jours de plus de prison.

Toute personne qui sera surprise au volant alors que son permis de conduire est suspendu aura son véhicule mis en fourrière (même si ce n'est pas le sien) et sera passible d'une amende élevée.

En plus de ces peines, toute personne qui a été reconnue coupable de conduite avec facultés affaiblies en Ontario ou dont le permis a été suspendu deux fois ou plus parce que son taux d'alcoolémie se situait entre 0,05 et 0,08 (fourchette d'avertissement) doit suivre le programme d'éducation et de traitement de l'alcoolisme « Bonne conduite » et payer les droits exigés.

Certaines lois relatives à la conduite avec facultés affaiblies s'appliquent aussi aux personnes qui servent de l'alcool, que ce soit dans un lieu public tel qu'un restaurant ou un bar ou à un domicile privé. Par exemple, si vous recevez des amis chez vous et que l'un de vos invités, ayant pris le volant après avoir trop bu, provoque un accident, vous risquez d'être poursuivi pour dommages-intérêts. Quiconque sert de l'alcool est responsable de veiller à ce que ses clients ou invités ne prennent pas le volant après avoir trop bu.

Parmi les autres mesures de lutte contre l'ivresse au volant, le programme RIDE (*Reduce Impaired Driving Everywhere*) permet à la police d'effectuer des vérifications ponctuelles auprès de conducteurs qu'elle soupçonne être en état d'ébriété.

Un médecin qui a lieu de croire que l'un de ses patients n'est pas en état de conduire en raison d'un problème de santé – p. ex. grave problème de consommation d'alcool ou dépendance à l'alcool - est tenu, par la loi, d'en informer le ministère des Transports. Le ministère peut alors suspendre le permis de conduire de cette personne indéfiniment dans l'attente d'un examen par un professionnel du domaine de l'alcoolisme et de la toxicomanie.

De nos jours, les gens font-ils plus attention de ne pas boire avant de conduire ?

Le pourcentage de personnes qui prennent le volant après avoir bu a diminué en Ontario ces dernières années, passant de 13 pour cent en 1996 à 6 pour cent en 2009. Les personnes qui adoptent le rôle de conducteur désigné et choisissent ainsi de ne pas boire, sachant qu'elles devront conduire, sont de plus en plus nombreuses. D'autres préfèrent laisser leur voiture à la maison et rentrer chez elles en taxi ou en empruntant les transports en commun. Bien que cette tendance semble être le résultat d'une prise de conscience du public et de l'adoption de lois plus strictes, l'alcool au volant est encore une cause importante de blessures et de décès.

De l'information en série. . .

L'alcool	L'héroïne
Les amphétamines	La kétamine
Les benzodiazépines	Le LSD
La caféine	La méthadone
Le cannabis	La méthamphétamine
La cocaïne	Les opioïdes sur ordonnance
La conduite avec facultés affaiblies	Les stéroïdes anabolisants
L'ecstasy	Les substances inhalées
Le GHB	
Les hallucinogènes	Le tabac

Pour de plus amples renseignements sur la toxicomanie et la santé mentale ou pour obtenir un exemplaire de ce dépliant, veuillez consulter notre site Web : www.camh.ca/fr

Il se peut que cette publication soit disponible dans d'autres supports. Pour tout renseignement sur les supports de substitution, pour commander des exemplaires en quantité de ce dépliant ou pour commander d'autres publications de CAMH, veuillez vous adresser à Ventes et distribution :

Sans frais : 1 800 661-1111

À Toronto : 416 595-6059

Courriel : publications@camh.ca

Cyberboutique : <http://store.camh.ca>

Pour faire un don, veuillez vous adresser à la Fondation de CAMH :

Tél. : 416 979-6909

Courriel : foundation@camh.ca

Si vous avez des questions à poser ou des préoccupations ou des éloges à formuler au sujet des services offerts par CAMH, adressez-vous au Bureau des relations avec les clients :

416 535-8501, poste 32028 ou 32027

Courriel : client.relations@camh.ca

Copyright © 2003, 2010 Centre de toxicomanie et de santé mentale

Available in English.

camh

Centre de toxicomanie et de santé mentale

Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la Santé
et de l'Organisation mondiale de la Santé

Affilié à part entière à l'Université de Toronto

4274p /03-2015 / P314