

# Alcool : un seul verre par jour pour limiter les dégâts ?

Par *mogirard*

Créé le 18/06/2018 - 14:14

## Alcool : un seul verre par jour pour limiter les dégâts ?

Lundi, 18/06/2018 - 13:14 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Selon une vaste méta-analyse, reprenant 83 études réalisées sur près de 600 000 buveurs d'alcool de 19 pays, des chercheurs britanniques sont arrivés à la conclusion que la limite acceptable de consommation quotidienne d'alcool devrait être d'environ 100 grammes par semaine, soit l'équivalent d'environ un verre de vin par jour.

Pour les chercheurs, 100 g constitue le niveau de consommation hebdomadaire qui représente le moins de risque de mortalité lié à l'apparition de maladies cardiovasculaires. Une consommation d'alcool trop élevée augmente aussi les risques de maladies du foie, des intestins, du cerveau (démence) et de certains cancers, rappellent les auteurs de l'étude.

D'après l'article signé par une coalition de chercheurs dirigée par l'épidémiologiste britannique Angela Wood, de l'Université Cambridge, une personne âgée d'une quarantaine d'années pourrait prolonger sa vie de deux à cinq ans en réduisant sa consommation d'alcool à l'équivalent d'un verre par jour. Plus précisément, à l'âge de 40 ans, on diminue son espérance de vie de six mois en consommant de 7 à 15 verres d'alcool par semaine, d'un à deux ans avec une consommation de 15 à 25 verres, et de quatre à cinq ans avec plus de 25 verres par semaine.

Article rédigé par Georges Simmonds pour RT Flash

[The Lancet](#)

**Noter cet article :**

**Recommander cet article :**

- 
- [Tweeter](#)
- 
  
- **Nombre de consultations :** 277
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
  - [Facebook](#)
  - [Viadeo](#)
  - [Twitter](#)
  - [Wikio](#)

[Médecine](#) [alcool](#) [boissons](#) [Cambridge](#) [mortalité](#) [risques](#) [verres](#)

---

URL source: <https://www.rtflash.fr/alcool-seul-verre-par-jour-pour-limiter-degats/article>