

La conduite et les fêtes de fin d'année



Chaque année, les routes se parent de décorations scintillantes et d'illuminations pour célébrer la transition vers la nouvelle année. Cette période festive s'accompagne de nombreuses réunions de famille et de soirées entre amis, nécessitant souvent des déplacements. Que l'on reçoive chez soi ou que l'on se rende chez ses proches, les questions liées au transport sont incontournables : dormir sur place, désigner un SAM (acronyme de **Sans Accident Mortel**, le conducteur sobre de la soirée), opter pour le covoiturage, les transports en commun ou encore prendre sa propre voiture...

Ces solutions doivent être envisagées à l'avance afin que chacun puisse profiter de ces fêtes dans de bonnes conditions. Cependant, ces précautions ne suffisent pas toujours à réduire les risques. Les facteurs humains, tels que la consommation d'alcool, la fatigue, la nuit, ou encore l'inconfort de passer la nuit hors de chez soi, augmentent les dangers sur la route.

Quelques chiffres préoccupants

Selon les données de décembre 2023, les accidents corporels de la circulation routière ont augmenté de 7 % par rapport à 2022. Près de 300 personnes ont perdu la vie, soit une hausse de 4 %, incluant 16 décès supplémentaires parmi les conducteurs de deux-roues motorisés (cyclomotoristes et motocyclistes). Cette période hivernale, marquée par des conditions climatiques souvent difficiles, aggrave les risques pour les usagers de la route.

Cependant, un point positif émerge : les décès en voiture de tourisme ont diminué de 12 victimes. Ce résultat encourageant suggère une prise de conscience croissante des conducteurs et des passagers, probablement grâce aux campagnes de sensibilisation répétées, qui portent enfin leurs fruits.

Les points de vigilance essentiels

L'Observatoire Interministériel de la Sécurité Routière (OISR), source de ces données, attire particulièrement l'attention sur un phénomène spécifique : les accidents liés à la consommation d'alcool, notamment ceux survenant le « lendemain matin ». En effet, certains conducteurs reprennent la route après un court repos, ignorant que leur organisme n'a pas encore éliminé tout l'alcool absorbé.

Pour rappel, l'alcool est principalement éliminé par le foie (95 %), mais aussi, dans une moindre mesure, par les poumons (2,5 %) et les reins (2,5 %). Le rythme moyen d'élimination varie entre 0,10 et 0,15 g/L par heure chez les hommes et entre 0,085 et 0,10 g/L par heure chez les femmes.

Après avoir consommé de l'alcool, le taux d'alcoolémie atteint son pic en 30 minutes si vous êtes à jeun et entre 45 minutes et 1 heure après un repas.

Conclusion : prévenir pour célébrer en toute sécurité

Les fêtes de fin d'année ne doivent pas être synonymes d'improvisation lorsqu'il s'agit de sécurité routière. Planifier ses déplacements, désigner un SAM ou opter pour une nuit sur place sont autant de gestes responsables qui sauvent des vies. Les chiffres récents montrent que la sensibilisation commence à porter ses fruits, mais la vigilance reste essentielle, en particulier pour éviter les pièges liés au « lendemain matin ».

Ensemble, faisons de cette période de réjouissances un moment de partage et de bonheur, sans jamais oublier que sur la route, **le risque est omniprésent**. Adopter des comportements responsables est le plus beau cadeau que l'on puisse offrir à ses proches.