



Extrait du bulletin communal de mars 2005

Les « Breezers » : une mode sans danger ?

Qui ne connaît pas encore ce groupe de limonades alcoolisées avec un étiquetage séduisant et un arôme exotique ? Il s'agit d'un mélange de boissons distillées (teneur en alcool entre 5 et 7%) avec des extraits de jus de fruits, de sucre, etc. La ligne des breezers a été lancée il y a une dizaine d'années par des grandes marques qui avaient à l'origine fait leur réputation avec du rhum ou de la vodka.

Leur objectif : « préparer » les jeunes au vrai rhum ou à la vraie vodka.

Le grand favori des jeunes

La mode de breezers vient d'Angleterre, où ils étaient essentiellement vendus dans des magasins de nuit à une clientèle jeune. Ces boissons ont surtout acquis leur notoriété à partir du moment où des marques connues ont commencé à en commercialiser. Cette appétissante association de jus de fruits, de rhum, de saveurs exotiques et d'eau pétillante attire surtout les jeunes entre 12 et 25 ans. Parmi eux, il est frappant de constater que la majorité des consommateurs sont des filles.

Pas si inoffensifs ...

Avec leurs airs de limonades, ces boissons semblaient inoffensives. Des études ont toutefois montré qu'elles sont nettement moins innocentes qu'on ne le pensait à l'époque de leur lancement.

Une bouteille de breezer contient maximum 15g d'alcool, ce qui équivaut à la quantité présente dans une bière. Un breezer

débouche parfois plus vite sur l'ivresse qu'une bière. Ce s'explique sans doute par la présence d'extraits de fruits sucrés et de gaz carbonique, à cause desquels l'alcool est retenu moins longtemps dans l'intestin grêle et passe donc plus vite dans le sang.

Mais ce qui inquiète surtout les experts, c'est que ces boissons légèrement alcoolisées préparent à la consommation des alcools forts comme le rhum, la vodka ou le gin.

Enfin, les breezers apportent une quantité non négligeable de calories, puisqu'ils peuvent contenir 20 à 30 g de sucre par bouteille. Ce n'est l'idéal ni pour la ligne ... ni pour les dents.

Que pouvons-nous y faire ?

Compte tenu de ces inconvénients, nous pouvons (une fois de plus) conclure qu'il vaut mieux éviter l'alcool et surtout ne pas faire de sa consommation une habitude. Les jeunes en particulier s'abstiendront de consommer de l'alcool. Les adultes qui apprécient les boissons alcoolisées ont quant à eux intérêt à préférer les boissons légèrement alcoolisées comme les breezers, la bière ou le vin à leurs variantes plus fortes. Il est évidemment déconseillé de prendre le volant lorsque l'on a bu, même s'il s'agit de boissons légèrement alcoolisées. De même, on veillera à éviter de consommer quotidiennement quelque boisson alcoolisée que ce soit.

Fédération Belge contre le Cancer