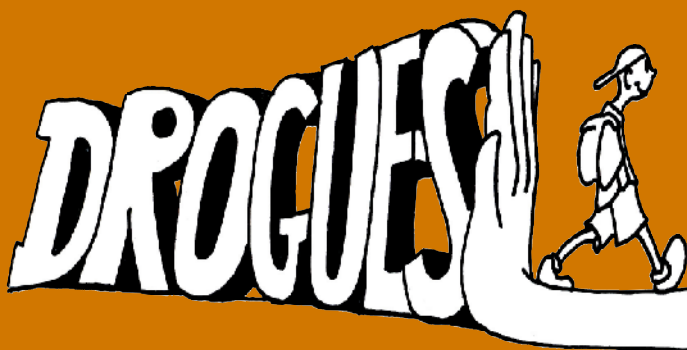


Prévenir...

la consommation de drogues chez les adolescents

Document à l'attention des parents,
enseignants, éducateurs...



Delestre

22



Assureurs
Prévention
Santé

Les assureurs s'engagent dans la prévention

Pourquoi consommer des drogues rime avec prise de risques?



Les effets nocifs peuvent survenir dès les premières consommations.

Les effets, les risques et les dangers des drogues varient suivant les substances et l'usage qu'on en fait. Les raisons de consommer varient selon chaque adolescent. Elles sont liées à leur histoire, à leur état de santé, à leur environnement familial et social. Nous ne sommes pas égaux devant les consommations.

Toute consommation est potentiellement problématique

- Les effets de certains produits (mauvaise descente, « bad trip », surdose...) peuvent intervenir dès la première expérimentation.
- En cas d'usage répété de substances, les sensations agréables initialement recherchées font place à de l'angoisse, voire à des sentiments de panique et de perte de contrôle de sa consommation.

Risques à court et à long terme

Les risques pour la santé

- **Risques psychiques** : difficultés de concentration, nervosité, anxiété, dépression, agressivité, etc.
 - **Risques physiques** : troubles des perceptions sensorielles et des réflexes, complications de certaines maladies, détérioration de l'état physique,...
- Certaines drogues potentialisent des risques de transmission du virus des hépatites et du VIH par une sexualité non protégée et le partage de seringues ou de pailles.

Les risques sociaux

Dommages personnels et sociaux pour le jeune consommateur et pour son environnement proche ou lointain (ruptures avec l'école, la famille, les amis,... ; marginalisation ; violences commises sous l'effet d'un produit,...).

Les risques d'accidents de la circulation

La consommation de substances est dangereuse lors de la conduite d'une voiture, d'une mobylette, d'une machine ou lors de la circulation en rollers (perte de vigilance et des réflexes, désinhibition, mauvaise coordination des mouvements,...).

De plus en plus d'ados expérimentent des drogues

La consommation de drogue, à la fois quête de plaisir, expérimentation, « rite de passage », partage d'expériences dans un groupe, transgression et prises de risques est particulièrement fréquente à l'adolescence.

L'adolescence est une période sensible...

- Elle est marquée par une transformation corporelle, psychique et sociale correspondant à l'accès à la sexualité, à la recherche d'une identité propre, d'une autonomie et d'une prise de distance vis-à-vis de la famille.
- Cette quête d'identité peut conduire l'adolescent à s'opposer au monde adulte, à se replier sur lui-même, à développer des comportements marginaux ou antisociaux qui sont l'expression de difficultés passagères ou d'une souffrance psychique.

Usage régulier de drogues chez les adolescents (17/18 ans*)

- **Tabac** : usage quotidien chez 38 % des garçons et 37 % des filles.
- **Alcool et cannabis** : usage régulier chez 21 % des garçons et 7,5 % des filles.

Les jeunes d'aujourd'hui sont de plus en plus enclins à associer tabac, alcool et cannabis*

Le saviez-vous ?

Les garçons sont plus nombreux que les filles à faire l'expérience des drogues illicites et de l'alcool. En revanche les filles désormais fument autant que les garçons et prennent plus souvent des médicaments psychotropes.

* Source : Enquête ESCAPAD 2003 (Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation A la Défense). Publication OFDT 2004 (Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies).

S'intéresser aux risques des adolescents

Parents, enseignants, éducateurs ont un rôle essentiel à jouer pour prévenir la consommation de drogues. Cela passe par une information adaptée à chaque classe d'âge, par un dialogue attentif et par la définition de limites, toujours nécessaires, mêmes si elles sont parfois transgressées.

Quand parler des drogues à son enfant ?

Il n'y a pas d'âge idéal, la question des drogues peut être discutée dès la préadolescence, voire plus tôt si les enfants en font la demande. Les adultes doivent nécessairement apporter des réponses.

Aborder le sujet à différentes reprises, sous des angles variés, selon l'âge et les questions du jeune. L'essentiel est de trouver le bon moment et la bonne façon d'en parler.

Comment éviter qu'un jeune consomme des produits ?

Le dialogue et la qualité de l'information avec les jeunes sont des atouts pour une bonne prévention. L'accompagnement, le cadre de vie, l'amour, l'estime de soi, la sensation de sécurité sont des facteurs de protection importants.

N'hésitez pas à aider l'adolescent ou à le faire aider psychologiquement le plus tôt possible !

A quoi faut-il être attentif ?

Certains signes peuvent être des indices : changements de comportement (être mal dans sa peau, isolement, perte de confiance en soi), changements d'activité ou de groupe d'appartenance, perte d'intérêt, d'appétit, insomnie. Ces signes sont manifestement les caractéristiques d'un adolescent qui va mal.

Il faut prendre le temps de dialoguer avant toute interprétation hâtive qui peut rapidement être perçue comme un jugement arbitraire ou une condamnation injuste.

Quand faut-il s'inquiéter ?

Toute consommation est potentiellement problématique, surtout si l'adolescent a moins de 16 ans. Il faut évidemment s'inquiéter s'il consomme souvent ; s'il le fait pour se sentir mieux dans « sa peau » ; s'il se referme sur lui-même ou s'il consomme en recherchant des états de « défonce ».

Ce qui est inquiétant n'est pas tant le fait que le jeune consomme mais comment et pourquoi et ce qu'il recherche dans cette consommation.

Qu'est-ce que la drogue ?

Il n'existe pas une seule drogue mais des drogues ou substances psychoactives. Elles sont de nature variée, naturelles ou synthétiques, tantôt licites (tabac, alcool, médicaments psychotropes), tantôt illicites (cannabis, ecstasy, cocaïne, opiacés etc.). Toutes agissent sur le cerveau et sont responsables d'effets variés, passagers ou durables.

S'intéresser aux risques des adolescents

Est-ce que tout jeune qui consomme des drogues devient dépendant ?

Ce n'est pas seulement le produit qui fait la dépendance. La personnalité de l'individu et son environnement sont tout aussi importants. Nous ne sommes pas tous égaux devant le risque de dépendance.

Que faire s'il consomme ?

Il n'y a pas de recette miracle, mais l'idéal est d'essayer d'en parler avec lui, de lui faire comprendre que vous vous inquiétez pour lui. Créez un climat de confiance suffisant pour qu'il accepte le dialogue ou de consulter une personne ou un service qualifié.

Reconnaitre les produits

| | |
|---|--|
| CANNABIS, HASCHISCH, MARIJUANA | Le cannabis est une plante qui est consommée sous trois formes : la résine (haschisch ou shit...), ou l'herbe (marijuana, ganja, beuh...) ou exceptionnellement l'huile. La résine ou l'herbe sont fumées, mélangées très souvent avec du tabac dans des cigarettes appelées « joint » ou dans des pipes appelées « bhang ». La substance active est le THC (tétrahydrocannabinol). Il est actif pendant plusieurs heures et s'élimine lentement (de un à sept jours). |
| ECSTASY/MDMA | C'est une molécule chimique, appelée MDMA, qui est utilisée pour ses effets psychoactifs. Sous forme de comprimés, de gélules ou de poudre, l'ecstasy peut provoquer des effets toxiques aigus ainsi que des troubles du rythme cardiaque. |
| COCAÏNE | La cocaïne est extraite de la feuille de cocaïer. Elle est utilisée pour ses effets psycho stimulants qui réduisent la fatigue et donnent l'impression d'être dynamique, créatif et performant. La cocaïne procure des effets puissants et c'est une drogue qui accroche très vite psychologiquement. |
| HALLUCINOGENES | Les hallucinogènes sont des substances psychotropes qui induisent des effets visuels, auditifs et des pertes de contact avec la réalité. Ils sont naturels (champignons, plantes) ou synthétiques (LSD). Ces drogues ont une action puissante sur l'esprit (flash-back ou retour des effets sans reprise du produit). |
| MÉDICAMENTS DÉTOURNÉS | Certains anxiolytiques ou somnifères peuvent être détournés de leur usage, souvent en association à l'alcool. |
| HÉROÏNE | L'héroïne est un opiacé obtenu par synthèse à partir de la morphine. Sur le marché noir, elle est vendue sous forme de poudre blanche ou cristalline. Elle est très souvent coupée avec d'autres substances comme les médicaments psychotropes, l'aspirine, voire la farine. Elle peut aussi être mélangée à d'autres drogues, en particulier la cocaïne. Elle est appelée alors « speed-ball ». En France, l'héroïne n'est pure qu'en moyenne à environ 10 ou 15 %. |

ATTENTION AUX MÉLANGES

Qui contacter ?

- **Le médecin traitant** : C'est un interlocuteur privilégié pour l'adolescent. Il est à même d'évaluer une éventuelle consommation de drogue, de soutenir le jeune ou de l'orienter vers une structure adaptée à ses besoins.
- **Un professionnel de santé spécialisé** : L'accompagnement par un psychologue ou un psychothérapeute peut aider l'adolescent à arrêter sa consommation et le soutenir en cas de vulnérabilité psychologique sous-jacente. Un psychiatre peut également proposer une prise en charge médicalisée.
- **Les consultations cannabis pour les jeunes consommateurs et leur famille** : Des consultations gratuites et garantissant l'anonymat, menées par des professionnels, se sont développées sur l'ensemble du territoire dans les hôpitaux ou dans les centres de soins (CSST).
- **Les Points Accueil Ecoute Jeune (PAEJ), gratuits et anonymes** : Se renseigner auprès de sa mairie pour connaître le PAEJ le plus proche.
- **Fil Santé Jeune** : [0 800 235 236](tel:0800235236) (Tous les jours de 8 h à minuit, anonyme et gratuit).
- **Drogues Info Service** : [0 800 23 13 13](tel:0800231313) (7 jours sur 7, anonyme et gratuit).
Appel d'un portable : [01 70 23 13 13](tel:0170231313) (coût d'une communication ordinaire).
- **Ecoute Cannabis** : [0 811 91 20 20](tel:0811912020) (7 jours sur 7, coût d'une communication locale).
- **Ecoute Alcool** : [0 811 91 30 30](tel:0811913030) (7 jours sur 7, coût d'une communication locale).
- **Le site internet www.drogues.gouv.fr** : pour en savoir plus sur les drogues, leurs effets, leurs dangers. Il propose également un accès à un espace de dialogue et de conseils ainsi que des adresses utiles pour trouver les coordonnées des services spécialisés par département ou par région.
- **En cas d'urgence, contacter le SAMU (15 et 118)**

Dossier réalisé en collaboration avec les membres de la commission des outils de prévention de la Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (MILDT)



Les assureurs s'engagent dans la prévention

Créée en 1982 par les sociétés d'assurance, cette association a pour objet de promouvoir toute action de prévention sanitaire.

Ses missions : ● Développer la prévention en matière de santé ● Promouvoir et encourager les travaux scientifiques orientés vers la recherche d'une meilleure prévention

Ses actions : ● Edition de documents de conseils pratiques sur des thèmes de prévention santé, sous l'autorité d'un comité médical présidé par le Pr P. Morel ● Organisation de campagnes de prévention

APS - 26, Bd Haussmann, 75311 Paris cedex 09 - Pour télécharger d'autres documents : www.ffsa.fr