

## Santé mentale et conduites addictives :

### De réels progrès chez les jeunes, mais les niveaux d'usage restent trop hauts. Et les effets de la COVID-19 invitent à amplifier l'effort !

L'observatoire européen des drogues et des toxicomanies (EMCDDA) vient de rendre publics les résultats du 7ème exercice de l'enquête ESPAD<sup>1</sup>, dont les données françaises ont été pilotées par l'Observatoire Français des Drogues et Toxicomanies (OFDT).<sup>2</sup> Il en ressort que les usages de tabac et d'alcool ainsi que les expérimentations de cannabis continuent de reculer, cependant les consommations problématiques ainsi que la hausse des pratiques de Jeux de Hasard et d'Argent (JHA) et les abus d'écrans soulèvent des inquiétudes.

**Les données françaises s'inscrivent dans la même dynamique de baisse et sont un réel encouragement.**

**Les niveaux d'usage restant cependant élevés, invitant fortement à amplifier une politique de prévention des addictions cohérente, ambitieuse et diversifiée, d'autant plus nécessaire dans le contexte actuel de pandémie et de crise sociale.**

**Encouragement** car la baisse, quasi-continue en France depuis 20 ans, confirme une évolution sensible du rapport au tabac, produit récemment dénormalisé et même « ringardisé ». Les jeunes français avaient, fin 1999, un niveau d'usage quotidien de dix points supérieur à celui de leurs homologues européens (31% vs 23 %) ; Il est désormais descendu à 12 %, dans la moyenne européenne.

Les niveaux de consommation des boissons alcoolisées sont aussi à la baisse. Si parmi les jeunes élèves ayant consommé de l'alcool dans le mois, le nombre moyen d'occasions de consommation s'élève à 6,7 occasions dans le mois (5,6 pour la moyenne européenne), les quantités moyennes consommées par occasion (en centilitres d'alcool) s'élèvent à 4,5 cl en France contre 4,6 cl en moyenne au plan européen. Les Alcoolisations Ponctuelles Importantes (API)<sup>3</sup> sont revenues à 34%, rejoignant également la moyenne européenne.

**Les singularités françaises concernant le tabac et l'alcool tendent donc à disparaître chez les jeunes.**

Pour le cannabis, même tendance : l'expérimentation est passée de 35 % en 1999 à 23 % aujourd'hui et les prévalences d'usage au cours du dernier mois sont passées de 21 % à 13 %, la moyenne européenne étant de 7,1 %. **Néanmoins la France reste dans le peloton de tête des pays européens, seulement devancée par l'Italie (15 %), ce qui rappelle qu'il y a une géographie des usages fréquents de cannabis en Europe ; les pays les plus concernés se trouvant dans l'axe Sud-Ouest : Pays-Bas/Maroc.**

---

<sup>1</sup> European School Survey Project on Alcohol and other Drugs 2019 : elle porte sur les expériences et les perceptions des élèves européens (15-16 ans) concernant diverses substances, comme le tabac, l'alcool, les drogues illicites, les substances inhalées, les médicaments et les nouvelles substances psychoactives (NSP). L'utilisation des médias sociaux, ainsi que la pratique des jeux en ligne et des jeux d'argent et de hasard, ont également été couverts. Ce nouvel exercice de cette enquête initiée en 1995 s'est déroulé en 2019 auprès de 99 647 jeunes Européens.

<sup>2</sup> <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eisxss2ab.pdf>

<sup>3</sup> avoir consommé au moins 5 verres d'alcool lors d'une même occasion lors du dernier mois

Pour les usages potentiellement problématiques, les jeunes français restent en tête (7,3 % contre 4 % en moyenne européenne) seulement dépassés par les jeunes allemands pour les garçons.

Une autre tendance intéressante est l'usage non-médical (hors prescription) de médicaments psychotropes (anxiolytiques, sédatifs, analgésiques). Là aussi, la tendance est à la baisse en France, notre pays étant passé au-dessous de la moyenne européenne sur ces usages.

L'EMCDDA constate une **diminution générale en Europe des niveaux de consommation de Substances PsychoActives (SPA) et une convergence progressive des typologies de consommation**, même si les variations dues à la géographie, à l'histoire et aux contextes sociaux et culturels restent évidemment importantes.

Nous attendons les données nationales concernant les pratiques problématiques liées aux écrans, tout particulièrement en ce qui concerne les réseaux sociaux et les jeux d'argent qui vont être intégrés au périmètre d'observation de l'OFDT. Les premières données recueillies pendant la période de confinement ont en effet démontré l'ampleur prise par le phénomène en France.

**Invitation à amplifier le mouvement**, car ces évolutions positives et convergentes pour tous les produits, sont à relier aux évolutions sociétales<sup>4</sup> que les politiques publiques accompagnent. La montée des usages des années 1980 et 1990 témoignait d'un contexte où les risques encourus par les populations les plus vulnérables n'avaient pas été encore réellement perçus. Depuis, la prise de conscience par les jeunes des risques des produits autant que des limites d'un modèle de consommation sans contrôle, a permis l'émergence d'autres représentations, attitudes et comportements, individuels et collectifs.

**C'est cette dynamique globale que nous devons soutenir** en améliorant les niveaux d'information de la population (jeunes et adultes), notamment grâce à la **modernisation des campagnes de prévention** de Santé Publique France, utilisant le marketing social pour « dénormaliser » les usages addictifs. De même, c'est une invitation à promouvoir encore plus les actions de prévention fondées sur le **renforcement des compétences psycho-sociales** des jeunes scolarisés et la stratégie **d'intervention précoce des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)** auprès des usagers et de leurs familles.

Ces actions sont la clef d'une politique efficace de prévention, de nature à accompagner et amplifier ces évolutions sociétales. Elles sont aujourd'hui fragilisées dans leur mise en oeuvre par le COVID et pas encore soutenue de façon globale et cohérente.

**Les jeunes européens se défendent de mieux en mieux contre les dangers liés au tabac et aux abus d'alcool et de drogues, à nous professionnels et institutionnels de les accompagner pour amplifier encore cette dynamique positive, d'autant que la période d'isolement social lié au confinement a fragilisé les jeunes scolarisés dans une période, l'adolescence, où le soutien par le groupe de pairs est absolument essentiel pour leur équilibre psychologique<sup>5</sup>.**

### **Fédération Addiction**

Nathalie LATOUR – Déléguée Générale

[n.latour@federationaddiction.fr](mailto:n.latour@federationaddiction.fr)

Tel 06 12 21 07 25

---

<sup>4</sup> CP de la Fédération Addiction du 26/11/2018 <https://www.federationaddiction.fr/barometre-sante-2017/>

<sup>5</sup> Loades, M.E., et al., Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2020. 59(11): p. 1218-1239.e3.