

# TROUBLES LIÉS À LA CONSOMMATION D'UNE SUBSTANCE CHEZ LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS



Les adolescents prennent des drogues pour diverses raisons – comme forme de rébellion contre l'autorité, pour s'intégrer à un groupe, par curiosité, parce qu'ils en retirent une sensation agréable ou pour émuquer des émotions pénibles et se sentir mieux.

Des adolescents, et même des préadolescents, peuvent consommer des substances légales : tabac, alcool, colle, essence, coupe-faim, médicaments pour le rhume en vente libre ou analgésiques d'ordonnance, comme l'OxyContin® ou d'autres opioïdes. Certains passent ensuite à des drogues illicites : marijuana, LSD, cocaïne, héroïne, PCP, méthamphétamine en cristaux, speed ou ecstasy. Toutefois, de plus en plus, les jeunes consomment des opioïdes et du Fentanyl, ce qui entraîne une augmentation des taux de décès attribuables à une surdose.

Le terme « trouble lié à la consommation d'une substance » fait référence à l'utilisation de telles drogues ou d'autres produits chimiques (comme la colle) et, s'il est léger, il ne nuit pas aux activités quotidiennes. La consommation d'alcool et de drogues est considérée comme étant un trouble grave lorsqu'une personne poursuit sa consommation malgré ses graves répercussions sur le plan personnel : conflits familiaux, perte d'amis, expulsion de l'école, perte d'un emploi ou problèmes avec la loi.

Les expériences avec les drogues peuvent également mener les adolescents à utiliser une drogue qui crée une très forte dépendance, la « méthamphétamine en cristaux » (une drogue semblable à l'amphétamine). Tandis que l'amphétamine est un médicament sur ordonnance qui est utilisé de façon légitime pour traiter le TDAH ou d'autres troubles, la méthamphétamine en cristaux est préparée à l'aide de diluant pour peintures, de débouche-tuyaux ou de lithium provenant de batteries. Fumée ou inhalée, elle peut causer des arythmies, des dommages aux vaisseaux sanguins cérébraux menant à un AVC, une dépression grave ou des symptômes parkinsoniens. Parfois, les jeunes parents qui ont des troubles liés à la consommation d'une substance négligent ou maltraitent leurs enfants. Les jeunes femmes qui consomment des drogues pendant la grossesse augmentent le risque de troubles du développement ou de malformations pour le fœtus.

Bien qu'il ne semble pas aussi toxique que les autres drogues, le cannabis peut entraîner chez certaines personnes des effets graves qui nécessiteront un traitement à long terme. Au Canada, il est probable que la légalisation prochaine du cannabis se traduise par une augmentation de son utilisation. C'est une situation préoccupante, parce que la drogue peut mener des adolescents vulnérables à voir des choses qui ne sont pas là, à entendre des choses que les autres n'entendent pas, ou à avoir les idées embrouillées ou des pensées incohérentes. Ce sont des symptômes d'un trouble psychotique.

L'alcool et le tabac – deux substances licites – peuvent être plus nocifs pour la santé physique et le développement social que de nombreuses substances illicites.

Le tabagisme est une cause importante de mortalité par maladie cardiaque, AVC, cancer et maladie pulmonaire chez les adultes. L'habitude de fumer contractée à un jeune âge est associée à la dépression et l'anxiété durant l'adolescence et avec un piètre rendement scolaire et des problèmes dans les relations durant la vie adulte. La nicotine engendre une forte accoutumance dont il est très difficile de se défaire.

Les adolescents qui s'adonnent à des hyperalocoolisation rapide (plus de cinq verres coup sur coup) sont plus susceptibles d'avoir de mauvais résultats scolaires, de violence dans leurs fréquentations, de tentatives de suicide ou d'autres activités qui compromettent leur santé, par exemple, des rapports sexuels non protégés.

L'abus d'alcool ou d'autres drogues a des répercussions non seulement pour les personnes, mais pour toute la société, en termes de baisse de productivité, de hausse de la criminalité et de progression de l'itinérance.

## Quelle est la prévalence des troubles liés à la consommation d'une substance?

Selon un sondage national, environ 10 % des adolescents canadiens âgés de 15 à 19 ans indiquent qu'ils consomment du cannabis, tandis que le taux de consommation des autres drogues ne dépasse pas 1 %. Toutefois, il est important de ne pas oublier que l'alcool est la substance que l'on consomme le plus – et dont on abuse le plus et qu'il a des effets nocifs, comme les maladies du foie graves, les accidents de voiture et le suicide.

## Quelle en est la durée?

Certains préadolescents et adolescents essaient les drogues illicites une seule fois ou au plus à quelques reprises. Une fraction d'entre eux deviennent des usagers chroniques de cocaïne, d'héroïne, de tabac ou d'alcool et ont besoin d'un traitement prolongé. L'abus d'alcool ou d'autres drogues tend à persister et à s'aggraver à l'âge adulte s'il a commencé vers la fin de l'enfance ou au début de l'adolescence. De plus, les adultes qui ont commencé à fumer pendant l'adolescence risquent davantage d'être dépressifs et en mauvaise santé physique et d'avoir un revenu inférieur à celui des non-fumeurs. Ils ont également tendance à fréquenter l'école moins longtemps.

Il semble que la consommation de drogues diminue habituellement vers le milieu de la vingtaine : les adolescents âgés de 15 à 19 ans sont donc trois fois plus susceptibles que les adultes de consommer des drogues illicites et sont quatre fois plus susceptibles de signaler des méfaits associés à leur consommation.

## Qu'est-ce qui cause les troubles liés à la consommation d'une substance?

La consommation de drogues déclenche le système de récompenses du cerveau, souvent de façon si puissante que les drogues deviennent plus importantes pour le consommateur que toute autre chose dans sa vie.

Les enfants et les adolescents atteints d'un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité, d'un trouble oppositionnel avec provocation ou d'un trouble des conduites sont plus enclins à consommer de la drogue ou à inhaler de l'essence ou de la colle. La consommation de drogues chez les adolescents s'accompagne souvent de dépression ou de phobie sociale et parfois de stress post-traumatique – un trouble anxieux lié à une expérience actuelle ou passée de sévices physiques ou sexuels. Elle est également répandue chez les adolescents boulimiques ou schizophrènes.

La toxicomanie et les problèmes de santé mentale semblent aller de pair, mais on ignore lequel engendre l'autre. Certains enfants anxieux ou dépressifs prennent de la drogue pour essayer de se sentir mieux, mais c'est peut-être la drogue qui est responsable de ces états. Un adolescent qui a une piètre estime de soi et est mal dans sa peau pourra trouver sa place parmi un groupe de « drogués ». Les jeunes qui ont du mal à résister à la pression des pairs ou choisissent d'y céder sont plus susceptibles de tomber dans les mêmes travers.

Les adolescents qui avaient des difficultés à se faire des amis durant l'enfance semblent être portés davantage à faire un usage abusif de drogues ou d'autres substances. Les jeunes sont plus vulnérables s'ils sont exposés à l'alcool et à la drogue ou victimes de violence à la maison ou si leurs parents ont des problèmes mentaux. Le fait de grandir dans un quartier pauvre ou à forte criminalité est un autre facteur favorisant le trouble lié à la consommation d'une substance.

## Qu'est-ce qui est normal et qu'est-ce qui ne l'est pas?

Ce n'est pas anormal pour un adolescent de consommer de l'alcool, du tabac ou d'autres drogues de temps en temps. Mais un usage chronique qui entraîne des problèmes personnels ou familiaux évoque un problème plus sérieux, entre autres un trouble psychiatrique.

## Quels traitements sont efficaces?

La meilleure approche face à la consommation problématique de substances est la prévention. Toutefois, les programmes de traitement qui comportent les éléments suivants semblent être les plus efficaces pour les jeunes qui sont prêts à changer :

- La thérapie cognitive-comportementale s'attaquant aux problèmes mentaux sous-jacents.
- La thérapie familiale peut contribuer à réduire les conflits familiaux.
- La thérapie d'entretien, dans le cadre de laquelle des médicaments sur ordonnance sécuritaires tels que la méthadone et Suboxone sont pris, permet de prévenir des symptômes de sevrage extrêmement désagréables et augmente la probabilité que la personne cesse de consommer de façon permanente, car ils éliminent également l'état de besoin associé aux opioïdes. De même, le naltrexone et l'acamprosate sont utilisés pour le sevrage de l'alcool.

Un suivi à long terme est recommandé, peu importe le traitement, car la toxicomanie est un problème chronique. Les tests de détection de l'usage de drogues par les adolescents à la maison ou à l'école sont déconseillés, car ils ne sont pas fiables et peuvent coller à tort une étiquette à un jeune, celle de drogué.

Tester un adolescent à son insu est un abus de confiance et risque de compromettre la relation parent-enfant. Le dépistage devrait être réservé aux endroits où il existe de bons programmes et des centres de traitement. Il ne doit pas servir à punir les jeunes déjà meurtris par leur consommation.

## AUTRES RESSOURCES :

Des ressources supplémentaires sont disponibles à [offordcentre.com](http://offordcentre.com).

Pour obtenir des sites Web et des livres concernant ce sujet, rendez-vous à [offordcentre.com/research/knowledge/resources](http://offordcentre.com/research/knowledge/resources).



*Le financement pour la traduction de cette ressource a été fourni par le Réseau d'échange des connaissances pour le bien-être des élèves.*

Ce dépliant d'information a été réalisé par le Centre des connaissances sur le développement sain de l'enfant avec l'appui de la Fondation du Miracle pour l'enfance de Marchés mondiaux CIBC et le Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents au CHEO. Le Centre des connaissances sur le développement sain de l'enfant est un projet du Centre d'études de l'enfant Offord, meneur dans la croissance et l'épanouissement des enfants. L'actualisation de ces dépliants bénéficie du soutien de l'Hôpital McMaster pour enfants.

Pour obtenir des versions numériques de ce dépliant, rendez-vous à [offordcentre.com/research/knowledge](http://offordcentre.com/research/knowledge).