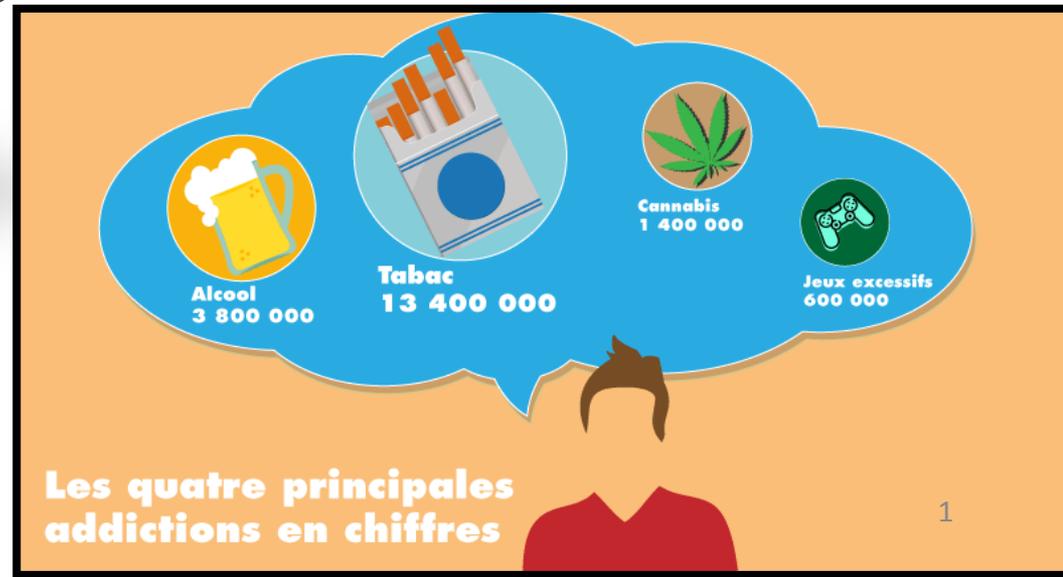


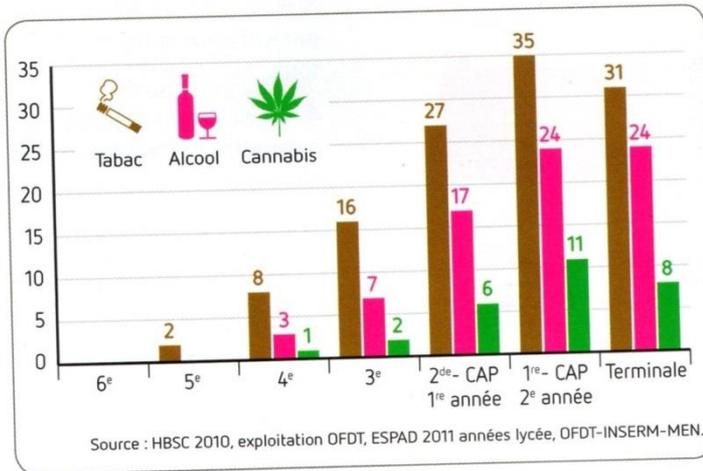
LE PROBLEME DES ADDICTIONS



DEFINITION

- L'**addiction, dépendance** ou **assuétude**, est une conduite qui repose sur une envie répétée et irréprouvable de faire ou de consommer quelque chose en dépit de la motivation et des efforts du sujet pour s'y soustraire.
- Le sujet se livre à son addiction (par exemple : utilisation d'une drogue, la participation à un jeu d'argent, ou encore un usage abusif des jeux vidéo), malgré la conscience qu'il a — le plus souvent — d'abus et de perte de sa liberté d'action, ou de leur éventualité.
- Une addiction se manifeste par un phénomène de manque lorsqu'on est privé d'un besoin non vital (exemples de besoins vitaux : nourriture, sommeil...). Cette addiction est dite grave si son sevrage (arrêt) entraîne de la violence ou de l'agressivité.
- L'anglicisme *addiction* est au sens courant souvent synonyme de toxicomanie et désigne tout attachement nocif à une substance ou à une activité.





Tout débute au collège et se banalise ensuite

Usages réguliers des principaux produits actifs parmi les collégiens en 2010 et les lycéens en 2011 selon le niveau scolaire, en métropole (%).

Les dangers des jeux vidéo

Un élève sur huit aurait un usage « problématique » du jeu vidéo. C'est ce qu'indique une enquête menée auprès de 2 000 élèves de la quatrième à la première [...]. Avec plus de 11 écrans à domicile, les adolescents [...] de cet échantillon sont suréquipés : 84 % d'entre eux ont une console de jeux et 74 % une tablette ; les trois quarts des lycéens (60 % des collégiens) ont un ordinateur dans leur chambre.

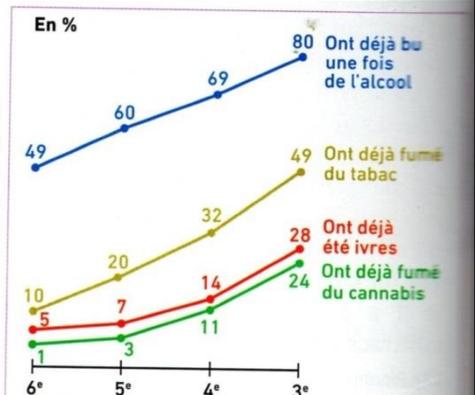
De *Candy Crush* à *World of Warcraft* en passant par les *Sim's* ou *GTA V*, le jeu vidéo est pratiqué au moins une fois par semaine par 86 % des élèves interrogés, les garçons étant nettement plus nombreux que les filles. [...] Le temps passé devant un écran « atteint parfois cinq à six heures quotidiennes, y compris en semaine », souligne l'enquête. [...]

Fait préoccupant : dès le collège, plus de huit garçons sur dix ont déjà joué à un jeu classé PEGI 18 (système européen d'information), c'est-à-dire déconseillé aux mineurs, comme par exemple *Grand Theft Auto (GTA V)*, *Call of Duty*, et *Assassin's creed*. Des jeux aux contenus violents qui inquiètent les spécialistes. [...] Face à ces objets qui ont envahi le quotidien, le fait d'établir des règles (durée limitée autorisée, contrôle parental...) agit comme facteur de protection.

■ Pascale Santi, « Un ado sur huit aurait un usage problématique des jeux vidéo », lemonde.fr, 17/12/2014.

Des drogues dès le collège

(Observatoire des drogues et de la toxicomanie, *Tendances* n° 106, décembre 2015.)



Connaître les effets des produits psychoactifs

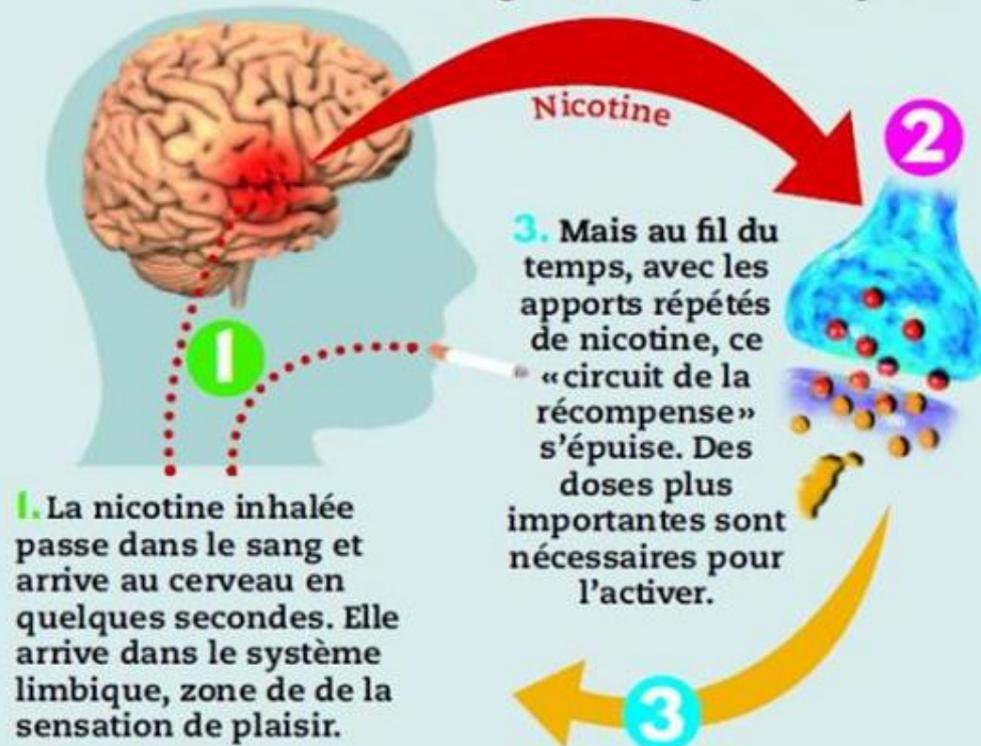
	Définition	Principaux effets et dangers, en plus du risque important de dépendance
Tabac 	Plante qui contient de la nicotine	<ul style="list-style-type: none"> • accélération du cœur • troubles de l'appareil respiratoire • maux de tête, vertige • cancer du poumon, du larynx
Alcool 	Résultat de la fermentation de végétaux riches en sucre	<ul style="list-style-type: none"> • nausées, vomissements, coma • ivresse, somnolence, agressivité • anxiété, dépression • maladie du foie, du système nerveux, cancers
Cannabis 	Plante avec un produit actif	<ul style="list-style-type: none"> • augmentation du pouls, gonflement des vaisseaux sanguins, nausées • somnolence, hallucinations • difficulté de concentration et manque de dynamisme, risque d'infections respiratoires, décrochage scolaire • angoisses, exacerbation de certaines maladies psychiatriques, impact neuronal chez l'adolescent avec possible baisse du Q.I.

NB: Les réactions sont variables en fonction des personnes et de la composition du produit consommé.

JE MONTRE

LA DÉPENDANCE, MODE D'EMPLOI

2. La nicotine reproduit l'effet de l'acétylcholine, provoquant la libération de dopamine et engendrant un épisode de plaisir.



De la consommation à la revente : un cycle infernal

Mario n'a que 16 ans lorsqu'il fume un premier joint, puis il tombe progressivement dans le trafic de drogue. Mercredi, il comparait devant le tribunal. Déjà en 2013, un jeune homme avait déposé plainte pour violences et menaces lors d'une transaction. Mario avait été remis en liberté pour « poursuite d'enquête » avec interdiction formelle de consommer et vendre des produits stupéfiants. [...] En 2015, les gendarmes retrouvent de la drogue chez lui. « Heureusement que j'ai été arrêté », confiera d'ailleurs le prévenu qui assure avoir pris la voie de la rédemption depuis son interpellation au mois de février. Sa peine : 10 mois de prison avec sursis, assortie d'une mise à l'épreuve de deux ans et l'**injonction thérapeutique** afin de traiter sa dépendance au cannabis.

D'après C. Wyremblewski, « Trafic de drogues à Bergues : "Heureusement que j'ai été arrêté" », www.lavoixdunord.fr, 2015.

**0,2 g D'ALCOOL
PAR LITRE DE SANG C'EST :**

ZÉRO

VERRE D'ALCOOL

.....RIEN.....

**NIET, NIENTE, NADA, NICHTS,
FOYE, KEUD, PEANUTS,
QUE DALLE, QUE TCHI,
WALOU...**

DÉSORMAIS, LE TAUX D'ALCOOL AUTORISÉ EST 0,2 GRAMME PAR LITRE DE SANG POUR TOUS LES PERMIS PROBATOIRES. Au-delà de cette limite, ils risquent un retrait de 6 points, une amende forfaitaire de 135 € et une immobilisation de leur véhicule. Un seul verre suffit à dépasser ce seuil. 0,2 g/l, c'est zéro verre d'alcool.

SECURITE ROUTIERE
TOUS RESPONSABLES

DÉSORMAIS, LE TAUX D'ALCOOL AUTORISÉ EST 0,2 GRAMME PAR LITRE DE SANG POUR TOUS LES PERMIS PROBATOIRES. Au-delà de cette limite, ils risquent un retrait de 6 points, une amende forfaitaire de 135 € et une immobilisation de leur véhicule. Un seul verre suffit à dépasser ce seuil. **0,2 g/l, c'est zéro verre d'alcool.**

**Protéger des conséquences
indirectes de l'addiction**

TABAC

Origine : Végétale

Mode d'utilisation
Fumé

Effets

Stimulation physique et intellectuelle passagère, détente.

Dangers

Bronchites chroniques, accidents cardio-vasculaires, cancers.

Dépendance

Psychique forte et physique chez les consommateurs réguliers.

LES EFFETS DES DROGUES LES PLUS COURANTES

(Site internet *Filsantéjeunes*, www.filsantejeunes.com)

ALCOOL

Origine : Végétale

Mode d'utilisation
Bu

Effets

Diminution de l'anxiété, somnolence, agressivité.

Dangers

Immédiat : risque d'accident sur la voie publique, coma éthylique en cas de forte absorption.

À long terme : complications hépatiques, complications psychiatriques et neurologiques.

Dépendance

Psychique et physique, progressive mais forte pour les grands dépendants, en cas de sevrage brutal risque de *delirium tremens*.

CANNABIS

Origine : Végétale

Herbe, résine, huile

Mode d'utilisation

Fumé (cigarettes, pipe à eau), ingéré sous forme de gâteau ou d'infusions.

Effets

Euphorie, détentes, intensification des perceptions.
Durée : 2 à 4h.

Dangers

Baisse de concentration, oublis, anxiété, risques d'accidents de voiture, fringales, crises de panique, maux de tête, états dépressifs, somnolence.

Pour le cannabis fumé, mêmes risques que pour le tabac.

Dépendance

Besoin d'augmenter la consommation pour obtenir les mêmes effets.

La « publicité » faite aux drogues

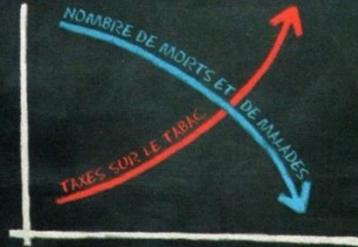
Au-delà de l'interdiction d'usage et de trafic, le législateur a cherché à interdire ce qui pouvait favoriser ces actes. Faire la promotion de la drogue, que ce soit de son usage ou de son trafic, est punissable de 5 ans de prison et 75 000 € d'amende [...]. Cette infraction se décline en deux types d'actes distincts.

La loi punit les personnes qui cherchent à inciter d'autres personnes à utiliser des stupéfiants ou à en faire le trafic. [...] Par ailleurs, il est interdit de présenter sous un jour favorable l'usage ou le trafic de stupéfiants. Cela concerne aussi bien les articles de presse que les discours ou les représentations (images) idéalisées de la drogue. Cette incrimination peut faire obstacle à la liberté d'expression. [...]

Le législateur a voulu encadrer le discours autour des drogues, mais ces infractions sont parfois difficiles à établir.

■ www.drogues-info-service.fr

AUGMENTER LES TAXES SUR LE TABAC



FAIRE BAISSER LE NOMBRE DE MORTS ET DE MALADES

Des taxes sur le tabac plus élevées = moins de fumeurs, moins de morts et des communautés en meilleure santé.



JOURNÉE MONDIALE SANS TABAC, 31 MAI
www.who.int/world-no-tobacco-day/fr

La journée mondiale sans tabac
(Affiche de l'Organisation mondiale de la santé pour la journée mondiale sans tabac, le 31 mai 2014.)



Etape 1 : A près avoir lu attentivement les documents et le site, puis pris des notes sur ce qui vous semble intéressant, Vous allez par groupe de 4 racontez une histoire à laquelle ensuite vous devrez donner vie devant la classe (celle-ci doit être plausible, réaliste).

Etape 2 : vous avez un ou une ami(e) de votre âge qui a des passions (que vous devez définir), un niveau scolaire (à définir aussi), tout comme sa situation familiale, ses qualités et défauts... Ainsi vous allez créer l'avatar de votre meilleur(e) ami(e).
Situation avant la ou les addictions.

Etape 3 : Définir la ou les causes qui vont mener à l'addiction

Etape 4 : Raconter les conséquences sur lui, sur vous, votre relation, sa famille...

Etape 5 : Comment allez-vous l'aider, concrètement.