

L'ESSENTIEL SUR...

JEUNES ET CANNABIS : INFORMER SUR LES RISQUES, PROTÉGER LES PLUS JEUNES

Le cannabis est une drogue largement répandue dans notre société : la France compte 900 000 usagers quotidiens de cannabis (11-75 ans) et près de la moitié des adultes l'a déjà expérimenté.

Pour la population générale, la France se situe ainsi toujours en tête du classement européen et à un niveau comparable à celui du Canada. En revanche, s'agissant des plus jeunes, la situation s'améliore significativement. Ainsi, en 2018, les adolescents français sont au dixième rang des consommateurs (au cours du dernier mois) en Europe alors qu'en 2018, ils occupaient la « première » place.

Les indicateurs d'usage du cannabis demeurent toutefois très élevés et se conjuguent à une banalisation du produit, confirmée par les enquêtes sur les représentations des jeunes. Tout se passe comme si les représentations négatives du tabac contribuaient à la normalisation du cannabis, qui semble bénéficier de ce discrédit. Pourtant, l'adolescence est une période de vulnérabilité aux effets délétères du cannabis, du fait du processus de maturation cérébrale.

La précocité de l'expérimentation et la consommation régulière accroissent les risques de dépendance. De plus, l'usage de cannabis dans un temps marqué par les apprentissages impacte durablement les trajectoires éducatives et socio-professionnelles.

Dans ces circonstances, il est impératif de mieux informer les jeunes et les adultes qui les entourent et de constituer un environnement plus protecteur pour les adolescents. A ce titre, le Plan national de mobilisation contre les addictions 2018-2022 met l'accent sur le développement de programmes de prévention basés sur les compétences psycho-sociales comme outils permettant de retarder le plus possible l'âge des expérimentations, notamment de cannabis, et réduire le risque ultérieur de conduites addictives.

NIVEAUX DE CONSOMMATION DE CANNABIS CHEZ LES JEUNES

15,3 ans

Âge moyen de l'expérimentation



60 000 jeunes

de 17 ans présentent un risque élevé d'usage problématique ou de dépendance



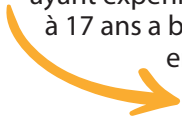
Plus de 25%

des 18-25 ans déclarent un usage au cours de l'année



-11 points

le nombre d'adolescents ayant expérimenté le cannabis à 17 ans a baissé de 11 points entre 2002 et 2017



39%

des adolescents ont déjà fumé du cannabis à 17 ans



La France est au 10^{ème} rang en Europe en 2018 pour la consommation de cannabis des 15 ans au cours du dernier mois

Sources : Baromètre santé 2017 de Santé publique France, ESCAPAD 2017, ESPAD 2016 de l'OFDT, Rapport annuel 2018 de l'OEDT, HBSC 2018

FOCUS SUR... LES ADOLESCENTS ET JEUNES ADULTES

Pourquoi l'adolescence est-elle une période de vulnérabilité cérébrale accrue au cannabis ?

Jusqu'à environ 25 ans, le cerveau est dans une phase de maturation. Des recherches en imagerie ont montré que les adolescents sont dans un état unique de transition et de remodelage cérébral qui les rend plus vulnérables aux effets des substances psychoactives.

Les études montrent que la consommation de cannabis à l'adolescence entraîne des perturbations cognitives, physiologiques et comportementales d'autant plus délétères et persistantes que les consommations sont précoces (en particulier avant 15 ans) et régulières et qui peuvent persister à l'âge adulte (y compris après sevrage).

Les Consultations jeunes consommateurs (CJC)

Présents dans la quasi-totalité des départements français, ces 540 lieux de consultations proposent un accueil gratuit qui peut être anonyme. Ils sont organisés par les Centres de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) y compris sous la forme de consultations avancées dans d'autres types de structures dont les Maisons des adolescents ou les Points accueil écoute jeunes.

Les jeunes peuvent s'y rendre seuls ou accompagnés de leurs

Ainsi, une telle consommation induit des troubles cognitifs, caractérisés par des troubles de l'attention, de la mémoire et des troubles de coordination. Les jeunes qui consomment régulièrement du cannabis ont souvent des résultats scolaires plus faibles.

L'usage de cannabis peut également précipiter la survenue de troubles psychiatriques (anxieux, dépressifs, syndromes psychotiques). Quand elle est régulière, la consommation de cannabis a des conséquences sanitaires à long terme comparables à celles du tabagisme, auquel elle est souvent associée, tels que : risques accrus de maladies neuro-cardiovasculaires, cancers.

Source : Dossier MILDECA « Jeunes, Addictions & Prévention ».

parents ou d'un proche. Les parents peuvent également être reçus sans le jeune concerné.

L'objectif de ces consultations est d'accueillir des jeunes consommateurs en questionnement sur leur consommation, ainsi que leur entourage. Le principe est de faire le point, éventuellement de proposer une aide, avant que la consommation ne devienne problématique.

Toutes les questions concernant les conduites addictives peuvent être abordées dans ces lieux qu'elles soient en rapport avec l'alcool, le cannabis, le tabac, les écrans ou les jeux vidéo.

Informer sur les risques et les dommages liés à la consommation de cannabis

- ▶ Au regard de la banalisation du cannabis et de la méconnaissance des risques liés à sa consommation, il est essentiel de mieux informer la population française et conduire des actions de communication spécifiques à destination des jeunes. Les jeunes étant peu sensibles aux messages sur les risques sanitaires à long terme, l'information qui leur est apportée doit être adaptée. Des dispositifs de médiation scientifique, tels que les « Apprentis chercheurs » ou encore la plateforme maad-digital.fr premier média d'information scientifique validée conçue avec et pour les jeunes, permettent de les informer autrement des risques immédiats sur leur fonctionnement cérébral.

Retarder l'âge des expérimentations et éviter l'installation dans un usage régulier

- ▶ En matière de prévention des conduites addictives, les programmes de développement des compétences psychosociales des enfants ont apporté la preuve de leur efficacité.
- ▶ En visant notamment, le renforcement de l'estime de soi, la capacité à maîtriser ses émotions, la gestion du stress, la capacité de résistance et de négociation, la pensée critique, ces programmes permettent aux enfants de se prémunir de la pression des pairs, de mieux gérer stress et angoisse et de réduire leurs comportements à risque. Les parents et la communauté des adultes doivent y être étroitement associés.

Garantir des environnements favorables

- ▶ Notamment en réduisant l'accès aux substances psychoactives, en faisant respecter les interdits de vente du tabac aux mineurs, en développant un climat d'attention et de bienveillance de la part des adultes autour des jeunes (familles, école, autres...), en mettant à disposition des adultes les informations probantes utiles pour leur rôle éducatif. Chez les parents les compétences à développer sont celles de communication et celles en lien avec la capacité à fixer des limites et à gérer des conflits.

Favoriser le repérage précoce des consommations problématiques et l'orientation vers des structures de prise en charge adaptées

- ▶ Les communautés éducatives doivent être mieux sensibilisées et formées pour savoir repérer précocement les premières consommations et les situations de mal-être des jeunes afin de pouvoir les orienter si nécessaire, vers des professionnels, notamment ceux des CJC.
- ▶ Une attention particulière doit être portée aux personnes en plus grande situation de vulnérabilité sociale, scolaire ou professionnelle. En effet, les conduites addictives concernent de façon inégale les différents groupes sociaux. Si l'expérimentation du cannabis apparaît plus fréquemment associée à des contextes d'intégration, son usage régulier est plus lié à des situations de vulnérabilité sociale. Aussi, des partenariats ciblés avec les structures chargées de l'accueil et de l'accompagnement des jeunes concernés doivent permettre de renforcer la capacité des intervenants (par exemple des missions de lutte contre le décrochage scolaire, des EPIDE, ...) à offrir des environnements plus favorables, à intervenir précocement et le cas échéant à orienter de façon adaptée.

Limitier l'accessibilité du produit par le renforcement de la lutte contre les trafics

- ▶ L'offre de produits illicites couvre tout le territoire et permet un accès aisé, à une large gamme de drogues. Cette disponibilité entraîne également une banalisation du cannabis. En outre, le trafic génère une véritable économie parallèle et se traduit localement par l'emprise d'organisations criminelles sur des territoires entiers.
- ▶ Face à cette réalité, la politique nationale de lutte contre les trafics est renforcée par une meilleure coordination à l'échelon national et local et par une augmentation des moyens d'enquête et d'intervention. En parallèle, des actions sont menées auprès des jeunes sur des territoires ciblés afin de prévenir leur entrée dans le trafic de stupéfiants ou les aider à en sortir.



Et ailleurs...

Cannabis légalisé au Canada : les mineurs protégés ?

Le Canada a légalisé la production, la distribution et la détention de cannabis à usage récréatif en octobre 2018. Les adultes canadiens sont ainsi autorisés à acheter du cannabis produit sous licence, à en détenir jusqu'à 30 grammes et, dans la plupart des provinces, à cultiver jusqu'à quatre plants à domicile.

Le gouvernement a toutefois maintenu une interdiction pour les mineurs, en l'encadrant de nouvelles sanctions, et en investissant près de 550 millions de dollars canadiens dédiés au recrutement de 400 inspecteurs, au

développement de la prévention, à l'éducation publique et à la sensibilisation, et à la formation des forces de l'ordre.

Il est encore trop tôt pour tirer des conclusions sur l'impact de cette réforme récente sur les niveaux de consommation. Toutefois, l'usage dans l'année en population générale a augmenté (4 points de plus) en particulier chez les hommes et les 45 ans et plus. Il reste stable chez les jeunes de moins de 25 ans.

1. Le cannabis est une « drogue douce », ça n'est pas dangereux !

Même si d'autres substances psychoactives (alcool, tabac, cocaïne, héroïne...) induisent des risques et dommages graves pour la société et l'individu, les effets nocifs d'une consommation régulière de cannabis, en particulier pour les jeunes, sont désormais bien établis. En outre, le cannabis mis sur le marché et fumé aujourd'hui par les jeunes est bien plus fortement dosé en THC que celui des générations précédentes. La résine de cannabis est ainsi en moyenne 4 fois plus concentrée en THC en 2018 qu'il y a 20 ans par exemple (INPS, 2018). Plusieurs études publiées début 2019 (*The Lancet Psychiatry*, *Molecular Psychiatry*) confirment une corrélation entre usage régulier de cannabis et cas de psychoses, d'autant plus élevée que la teneur en THC du produit est forte et que la consommation est précoce.

À court terme, la prise de cannabis altère la perception, l'attention et la mémoire immédiate, troubles susceptibles de perturber la réalisation de tâches telles que le travail scolaire des plus jeunes et la conduite automobile. Les conducteurs sous l'influence du cannabis ont un risque d'accident de la route multiplié par 2 et l'association du cannabis à l'alcool conduit à un risque 11 à 14 fois plus important. L'intoxication aiguë peut également donner lieu à des troubles anxieux sous la forme d'attaques de panique (*bad trip*) ou d'un syndrome de dépersonnalisation très angoissant.

FAUX

2. L'herbe de cannabis, c'est une plante, c'est naturel et bio

Interrogés sur leurs représentations (Enquête Aramis 2017, OFDT), les jeunes évoquent l'herbe de cannabis comme un produit « naturel », voire « bio ».

Pourtant, comme pour le tabac, fumer du cannabis produit des goudrons et des composants dangereux et favorise la survenue de cancers et tous les modes de consommation sont toxiques.

En plus des dommages sur la santé, les impacts sur l'environnement sont maintenant bien documentés (en particulier en Californie où depuis la légalisation, un mode de culture intensive a été mis en place). La production impose une grande quantité d'eau, d'électricité et de produits chimiques. L'aménagement des infrastructures puis la culture impactent la faune (destruction d'animaux considérés comme nuisibles pour la production, entraînant des désordres dans la chaîne alimentaire) et la flore (érosion des sols, déforestation, pollution des nappes phréatiques, etc.). À titre d'exemple, des études ont montré que 4,6 kg de gaz à effet de serre étaient rejetés pour 1 kg de produit fini. En comparaison, pour 1 kg de produit fini, sont émis 6kg de CO₂ pour la viande porcine et 4kg de CO₂ pour le poulet.

3. Cannabis à visée thérapeutique, CBD et joint c'est pareil !

Des travaux sont actuellement menés sous l'égide de l'Agence nationale de sécurité du médicament sur la pertinence et la faisabilité de la mise à disposition en France de cannabis à visée thérapeutique sous forme de préparations excluant, du fait de l'importance des risques, la voie fumée. La mise sur le marché d'une préparation médicamenteuse repose sur une évaluation rigoureuse de la balance bénéfices/risques. Les indications et donc le nombre de patients concernés seront très limités. Ni l'autoculture, ni les produits artisanaux ne seront autorisés. Quant aux produits à base de cannabidiol (CBD), leur commercialisation est interdite en France, dès lors qu'ils contiennent du THC, même à très faible dose. À ce jour, un seul médicament à base de CBD est disponible en France selon des modalités particulières transitoires (Epidyolex®).

4. De plus en plus de jeunes fument du cannabis et de plus en plus tôt. En plus, il y a un risque d'escalade vers des drogues plus dures !

Si le cannabis est toujours répandu chez les adolescents, on observe cependant une baisse significative de l'usage : en 2017, 39% des adolescents de 17 ans ont déjà fumé au moins une fois du cannabis ; c'est la prévalence la plus basse enregistrée depuis 2002. Entre 2014 et 2018, la France est passée du 1^{er} au 10^{ème} rang en Europe en matière de consommation au cours du dernier mois par les adolescents de 15 ans (enquête HBSC 2018).

Par ailleurs, en ce qui concerne le cannabis, l'âge d'expérimentation est stable depuis la fin des années 90 : 15,3 ans (enquête ESCAPAD 2017, OFDT).

Enfin, parmi les usagers de cannabis à l'âge adulte (18-64 ans), 93,6 % n'ont jamais essayé d'autres drogues illicites.

A PROPOS DE LA MILDECA

Placée sous l'autorité du Premier ministre, la MILDECA (Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives) anime et coordonne l'action du gouvernement en matière de lutte contre les drogues et les conduites addictives et élabore à ce titre la stratégie gouvernementale en la matière dans les domaines suivants : recherche et observation, prévention, santé et insertion, application de la loi, lutte contre les trafics, coopération internationale.

La MILDECA accompagne les partenaires publics, institutionnels et associatifs de la politique publique dans la mise en œuvre des orientations, en leur apportant un soutien méthodologique ou financier.

Retrouvez-nous sur



@MILDECAgouv et drogues.gouv.fr

La MILDECA s'engage

