

Alcool, tabac, cannabis : où en sont nos jeunes ?

ENQUÊTE

Le cannabis continue à inquiéter les parents. La consommation d'alcool et de tabac par les jeunes n'en est pas moins préoccupante. C'est ce que nous enseignent la suite de l'enquête présentée dans notre journal du 4 mars (1).

En un peu plus de dix ans, la consommation de psychotropes licites et illicites des jeunes a diminué. Cette évolution vaut particu-

lièrement pour les jeunes en fin de scolarité primaire où les usages de tabac et d'alcool régressent. Dans le secondaire, les usages marginaux d'ecstasy et la quantité de cigarettes consommées sont aussi en diminution. Les consommations d'alcool et de cannabis connaissent des évolutions plus variables. La consommation hebdomadaire d'alcool a diminué alors que les conduites abusives de type biture sont en légère hausse. Concernant le cannabis, le nombre de petits consommateurs s'est accru alors que les usages particulièrement fréquents sont restés stables et peu répandus.

Habituellement, les jeunes qui s'adonnent plus fréquemment à ces usages sont : les garçons, les élèves des filières de formation professionnelle et technique, les jeunes connaissant des problèmes d'adaptation scolaire mais également ceux qui se sentent souvent déprimés ou se plaignent régulièrement de nervosité. Ces jeunes usagers sont par contre semblables aux autres jeunes concernant leur bien-être en général et s'investissent particulièrement dans leur vie amicale.

Cannabis

La consommation de cannabis est en général celle qui inquiète le plus les parents, parce qu'elle est illicite. Son usage s'est largement répandu en Europe où un quart de la population des 15-64 ans déclare en avoir déjà consommé. Cela n'en fait pas pour autant des consommateurs réguliers. En Communauté française, au cours de l'année précédant l'enquête HBSC, une large majorité des jeunes de 12-20 ans de l'enseignement secondaire (79 %) ne déclare aucune consommation de cannabis. Ils sont 6,2 % à l'avoir expérimenté (une à deux fois), 9,4 % à déclarer un usage moyen (3 à 39 fois) et 5,3 % à affirmer un usage fréquent (40 fois ou plus). Ils sont un peu plus d'un sur quatre à avoir déjà

expérimenté le cannabis au cours de leur vie. Cette expérimentation avait connu une forte croissance entre 1994 et 1998 et s'est stabilisée depuis. Elle est davantage le fait des garçons et se développe avec l'âge. Ce dernier constat se vérifie au niveau de l'usage déclaré au cours des douze mois précédant l'enquête : les 12-14 ans sont 6,7 % à déclara-

rer une consommation au cours de cette période, contre 26,9 % des 15-17 ans et 38,8 % des 18-20 ans.

La consommation régulière (au moins une fois par semaine) avait connu une progression constante au cours des années 1990 et au début de ce siècle. Mais elle a régressé depuis 2002 et se situe à un niveau légèrement inférieur à celui de 1998.

Alcool

La consommation de cannabis est rarement isolée. Elle accompagne souvent une consommation de tabac ou d'alcool. Ces deux autres substances psychotropes sont beaucoup plus répandues.

Chez les élèves de l'enseignement secondaire, neuf jeunes sur dix ont déjà goûté à une boisson alcoolisée (au moins un verre) dans leur existence. Cette prévalence est moindre chez ceux de 5^e et 6^e primaires, mais elle concerne quand même six élèves sur dix.

Une consommation d'alcool au moins une fois par semaine concerne 28 % des 12-20 ans et un peu moins de 5 % des élèves du primaire. Chez ces derniers, cette consommation hebdomadaire est en régression constante depuis 1994 (où elle était de près de 14 %). Chez les élèves du secondaire, elle a baissé de 1994 à 1998, pour rester plus ou moins stable depuis. Elle augmente avec l'âge et est trois fois plus importante chez les garçons que chez les filles.

La consommation importante d'alcool (plus de sept verres par semaine) concerne près d'un jeune du secondaire sur dix. Enfin, les bitures ("binge drinking", soit au moins cinq verres sur une soirée) sont assez fréquentes : près d'un jeune du secondaire sur trois en a connu au moins deux fois au cours des trente jours précédant l'enquête. Ce comportement est en augmentation par rapport à 2002 et est de plus en plus fréquent avec l'âge. Les résultats montrent que la précocité de l'initiation augmente le risque de développer une consommation importante et problématique par la suite.

Tabac

Un jeune sur deux a goûté au moins une fois une cigarette dans sa vie. Mais 77 % se déclarent non-fumeurs, tandis que 14 % fument chaque jour. Le tabagisme quotidien a baissé depuis 1998 (où il était de 22 %). Les élèves du technique ou du professionnel fument nettement plus que ceux du général. Par contre, dans l'enseignement secondaire, il n'y a guère de différences entre garçons et filles. Le tabagisme quotidien engendre une forte dépendance : seulement un quart des jeunes fu-

meurs quotidiens déclarent pouvoir se passer d'une cigarette pendant plus d'un jour et un sur dix a besoin de refumer dans l'heure.

À signaler : parmi les jeunes des 5^e et 6^e primaires ayant déjà touché au tabac (11,6 %), on constate une plus forte proportion d'autres conduites à risque (alcool, cannabis, violence...). Cette drogue légale est non seulement mauvaise pour la santé, mais pas innocente sur le plan social.

DÉSINTOX

Il y a quelques semaines, un ancien diplomate belge, Raymond Yans, siégeant à l'Organe international de contrôle des stupéfiants (OICS, une instance des Nations unies qui a une approche essentiellement répressive du problème de la drogue), annonçait que leur dernier rapport révélait

que les adolescents belges de 15-16 ans étaient les plus gros consommateurs de cannabis en Europe. Cette nouvelle a fait le tour des médias de notre pays.

Domage que M. Yans n'ai pas lu ce rapport - qu'il a lui-même signé - avec plus d'attention car le texte ne dit pas cela. On peut y lire : "La prévalence de la consommation de cannabis au cours de la vie chez les lycéens âgés de 15 ou 16 ans est la plus élevée (par ordre croissant) en Belgique, en République tchèque, en Irlande, en Espagne, en France et au Royaume-Uni, où le taux varie de 30 à 44 %". Par ordre croissant ? Cela veut donc dire que cinq pays, et non des moindres, se situent bien avant le nôtre. De plus, "consommation de cannabis au cours de la vie" désigne tous ceux qui y ont goûté au moins une fois au cours de leur adolescence. Cela n'en fait pas pour autant des accros au produit.

Cette anecdote rappelle qu'il faut garder une attitude critique face à des informations émotionnelles. Il y a certes lieu de se soucier des comportements d'une partie des jeunes à l'égard de produits dangereux. Mais pas d'entretenir un alarmisme injustifié. D'autant plus que la consommation de substances dites psychotropes (susceptibles de modifier le comportement psychique) toujours importante certes, s'est stabilisée ou est même parfois en légère régression.

■ Jean-Paul Vankeerberghen

(1) Enquête sur la santé des jeunes réalisée en 2006 en Communauté française de Belgique et publiée au début de cette année. Baptisée Health Behavior in School Aged Children (HBSC), elle est organisée tous les quatre ans en Europe sous l'égide du Bureau européen de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Elle a été menée dans les écoles et a porté sur un échantillon important : 11.744 jeunes, scolarisés en fin de primaire (5^e et 6^e) et dans le secondaire.

Si le vent soulève les sables

PAUSE TELE

Un puits qui n'en finit plus d'être à sec. Un désert qui avance. Et une communauté africaine qui décide de s'exiler pour survivre. Parmi elle, Rahne, le seul lettré du groupe, qui, avec sa famille, choisit de prendre la direction de l'est. Tous les cinq partent à la quête de l'eau avec, pour seule richesse, Chamelle, leur dromadaire. Dans le désert et sous un soleil de plomb, commence alors une longue errance où ces nomades forcés devront aussi faire

face à la maladie, à la famine ainsi qu'à une de ces guerres sans fin que connaît ce continent. Une histoire d'exil, adaptée du roman de Marc Durin-Valois et signée Marion Hänsel, qui prend la forme d'une errance poétique et mélancolique, où l'instinct de survie et l'espoir d'une vie meilleure crèvent l'écran. Le tout filmé avec une grande pudeur. Avec, en filigrane, la pénurie d'eau qui menace certaines populations de la planète. Un dernier sujet que **L'Actu jeunes** approfondit d'ailleurs dans ce **Ligeur**, en pages 36 et 37. **A.T. Mercredi 18 mars, 23.15, 91', Arte.**

Quelle attitude adopter face au cannabis ?

Chez nous, un jeune sur quatre, âgé de 12 à 20 ans a "déjà expérimenté le cannabis". C'est en tout cas ce que révèle une récente enquête de l'OMS. Derrière ces chiffres, une réalité sur laquelle certains parents se focalisent ou que d'autres, au contraire, cherchent à occulter.

DÉCODAGE

Difficile de trouver la bonne attitude, le juste milieu pour aborder un sujet qui touche à l'interdit, à un produit illégal qui présente de nombreux risques pour la santé.

Illégal, mais...

Le cannabis est une substance dont la détention et la consommation sont totalement interdites pour les mineurs. Pour les plus de 18 ans, la législation repose sur une circulaire ministérielle de 2005.

Elle prévoit que la détention de maximum trois grammes de cannabis (ou d'une plante cultivée) pour usage personnel, en l'absence de trouble à l'ordre public et/ou circonstances aggravantes, donne lieu à un procès-verbal simplifié et ne fasse pas l'objet de poursuites. "Or, une circulaire n'est qu'une recommandation et ne constitue pas une garantie contre d'éventuelles poursuites", explique Marc Griffon d'Infor Jeunes Waterloo. *La notion d'ordre public est tellement large qu'il est pratiquement impossible de détenir du cannabis sans que cela n'entraîne justement un tel trouble. En outre, le procureur du Roi peut décider de s'écarter de la proposition de la circulaire et entamer des poursuites.*

Une drogue douce ?

À ce flou juridique, s'ajoute la croyance que le cannabis est une drogue "douce", n'entraînant ni dépendance, ni risques sur la santé. Croyance confortée par la quasi-absence de mort par overdose.

Au niveau des effets immédiats, l'altération des réflexes et de la coordination des mouvements peut augmenter le risque d'accident quand on conduit un véhicule. Ajoutez à cela les pertes de mémoire, les troubles de la concentration et le décrochage scolaire. Sans oublier le phénomène de dépendance, la perte de motivation et d'appétit, l'augmentation des risques de schizophrénie chez les sujets présentant des prédispositions à ce type de pathologie et la possibilité de

développer des troubles mentaux permanents... Tout cela variant d'un individu à l'autre, en fonction de l'âge, des quantités et de la fréquence de consommation. De quoi refroidir les parents les plus larges d'esprit.

Dédramatiser, sans banaliser

Pourtant, comme le souligne Philippe Béague, président de la Fondation Dolto, psychologue et psychanalyste, les parents doivent dédramatiser la problématique par rapport à eux-mêmes. *"Ils ont peur de voir leur enfant broyé dans la sphère de la drogue. Le cannabis fait aujourd'hui partie intégrante de l'univers des jeunes. Il est partout, aux abords, et même dans les écoles, dans les rues, les soirées, chez les amis... C'est quelque chose de particulièrement angoissant pour les parents. Pourtant, ils doivent apprendre à gérer cette angoisse, seuls ou avec une aide extérieure. C'est un élément déterminant en matière de prévention."*

Une prévention qui devrait débiter dès la fin des primaires. *"Si on évoque le sujet trop tôt ou de façon trop alarmiste, l'enfant va intégrer cette angoisse. Il passe d'abord par une phase de rejet. Mais vers 12 ou 13 ans, alors qu'il entre en phase d'opposition, ce produit va le fasciner. Plus les parents braquent les projecteurs sur un interdit, plus cet interdit devient attirant."*

Aux parents à faire prendre conscience à l'enfant des risques, pour qu'il puisse se protéger lui-même. Un apprentissage vers l'autonomie, qui se fait "naturellement" lorsqu'il s'agit de la vie quotidienne (ne pas ouvrir à un inconnu, regarder à droite puis à gauche avant de traverser la rue), mais qui ne coule pas de source lorsqu'on parle de cannabis. Or, comme le souligne Philippe Béague, *"éduquer, c'est aussi apprendre qu'il y a des lois, des limites qui rendent possible la vie en société et au sein de sa propre famille."*

Un avis partagé par Antoine Boucher, d'Infor-drogues. *"Évitons d'aborder le sujet de façon obsessionnelle. L'essentiel est de se positionner en tant que parent, de mettre des limites et de rester cohérent tout en maintenant le dialogue dans tous les domaines, y compris celui du cannabis."* Cette relation de confiance se construit petit à petit mais ne constitue pas une recette miracle anti-cannabis.

Et si l'ado consomme ?

Dans sa recherche d'indépendance, l'adolescent peut avoir envie de tenter l'expérience. Une première approche qui peut rester sans suite, tout comme elle peut aboutir à une consommation ponctuelle, voire problématique. En ce qui concerne la consommation occasionnelle (lors de sorties, par exemple), il ne faut pas hésiter, en tant que parent, à partager ses doutes, ses craintes et ses questionnements tout en s'intéressant à ce que pense l'adolescent. Souligner le paradoxe qui existe entre sa recherche d'autonomie et le fait qu'il consomme une substance entraînant la dépendance. L'objectif n'est pas de se poser en détenteur de la science infuse, mais d'être à l'écoute.

EN SAVOIR +

- Des centres pour être aidé sur ce modèle

Ceaj (Centre d'écoute et d'accompagnement pour jeunes) à Braine-l'Alleud : 02/384 04 59

Clinique du cannabis à l'hôpital CHL Brugmann à Bruxelles : 02/477 26 (27 77). Site www.chu-brugmann.be

Le site de la Fédération bruxelloise francophone des institutions pour toxicomanes : www.feditobxl.be

Fondation Dolto : 02/646 54 56.

Infor-Drogues, rue du Marteau, 19 à 1000

Bruxelles. Tél. : 02/227 52 52

Prospective jeunesse, chaussée d'Ixelles, 144 à 1050 Bruxelles. Tél. : 02/513 24 02

Alpha : 04/223 09 03

Carolo contact drogue : 071/30 26 56

Acto Lux : 067/37 10 00

Point Cannabis à Liège : 04/220 01 23, à Seraing : 04/338 57 20 et à Visé : 04/374 85 68

- Des lieux pour en parler : Café des parents, centre culturel Le Fourquet, place de l'Église, 15 à Berchem-Sainte-Agathe (voir notre article en page 25 de ce même numéro).

Les centres de planning peuvent également fournir des informations aux jeunes et aux parents : pour les coordonnées voir www.loveattitude.be

- Le guide social : www.guidesocial.be peut également vous fournir les coordonnées des associations actives dans le domaine des assuétudes.

Service de santé mentale, centres de guidance, SAJ peuvent également être des sources de renseignements.

- Une nouvelle asbl, Stop drogues, constituée à l'initiative de parents (voir le témoignage d'une maman en page 24).

■ **Sophie Agapitos**