

UN TIERS DES ÉTUDIANTS se dopent pendant les examens

► Compléments alimentaires, médicaments psychotropes ou même drogues dures, tout peut servir quand on espère obtenir de bons résultats

► Une nouvelle étude publiée dans le magazine scientifique *Medicine* vient de tirer la sonnette d'alarme. Sur les 1.700 étudiants en médecine français interrogés par les chercheurs, près d'un tiers (29,7 %) aurait recours à des substances stimulantes pour tenir le rythme de leurs études. Si une grande majorité consomme des boissons énergisantes et autres compléments alimentaires, 6,7 % ingurgite des médicaments et 5,2 % optent pour les drogues dures comme la cocaïne ou les amphétamines.

Parmi les médicaments les plus utilisés, on retrouve les corticoïdes, substances d'ordinaire comme anti-inflammatoires. Ils sont considérés comme substance dopante dans de nombreux sports.

Mais alors, quels sont les effets re-

cherchés par les étudiants en période de révisions ? *"Cette utilisation est assez surprenante. Mais les corticoïdes peuvent être à l'origine de troubles du sommeil et d'une augmentation du stress, ce qui peut être l'effet recherché par l'étudiant. Ils sont aussi beaucoup plus faciles à se procurer que d'autres substances comme la Rilatine ou le modafinil"*, explique le professeur Emmanuel Hermans, neuropharmacologue à l'UCL.

LA RILATINE ET LE Modafinil, utilisés respectivement dans les problèmes d'hyperactivité et de narcolepsie, sont aussi pointés du doigt. *"Il s'agit d'amphétamines. Elles permettent de stimuler la*

concentration et de rester éveillé plus longtemps. Mais elles peuvent être très dangereuses pour ceux qui ont des troubles cardiaques. De plus, elles réduisent fortement le temps de sommeil, essentiel pourtant pour assimiler des connaissances, poursuit M. Hermans. *Elles rendent aussi l'étudiant beaucoup plus impulsif, ce qui peut être néfaste au moment de présenter un examen."*

Quant à l'emploi de drogues dures telles que la cocaïne, inutile de préciser en quoi elles peuvent être dangereuses pour l'organisme...

Reste que, selon les médecins, le fait d'ingurgiter ce type de substances, au-delà d'être dangereux pour la santé, ne garantit en aucun cas de réussir ses examens. Il s'agit finalement d'une prise de risque inutile.

Romain Demoustier

5,2 %
des sondés
utilisent des
drogues dures

"L'intelligence en cachets, ça n'existe pas"

En cette période de blocus et d'exams, les soixante présentoirs d'Univers Santé, une ASBL qui promeut la santé auprès des étudiants de Louvain-la-Neuve, ont accueilli des brochures un peu particulières.

Intitulées *Examens et Médicaments* et *Les compléments alimentaires et les boissons énergisantes*, elles mettent en garde contre l'utilisation de certains produits censés améliorer les performances pendant la période de révision. *"Nous essayons de leur expliquer que l'intelligence en cachets, ça n'existe pas. Ces produits sont avant tout des attrape-portefeuille"*, note Martin de Duve, directeur de l'ASBL. *"Dans nos sociétés occidentales, nous n'avons pas de carence dans notre alimentation."*

SELON LUI, parents comme étudiants cèdent trop facilement au marketing des sociétés pharmaceutiques. La réussite serait devenue à tel point importante que beaucoup seraient prêts à tout pour avoir de bons points. Y compris mettre leur santé en danger.

"Certains de ces compléments sont surdosés et peuvent avoir des effets néfastes sur le foie et sur les reins. D'autres, composés de produits excitants comme la caféine, la taurine ou le ginseng peuvent perturber les cycles de veille. Or, on sait que bien dormir est capital dans l'apprentissage. Le résultat pourrait donc même être à l'inverse de celui recherché", poursuit M. de Duve.

Concernant les substances psycho-

tropes, interdites ou vendues uniquement sur ordonnance (corticoïdes, Rilatine), l'ASBL se veut plus ferme. Même si stopper le trafic paraît impossible. *"La revente n'est pas organisée, tout passe par le bouche à oreille. Les jeunes obtiennent une prescription par-ci, une plaquette par là... Nous nous sommes aussi rendu compte que les étudiants qui sont dans le domaine de la santé, et qui peuvent donc se procurer plus facilement des ordonnances, sont plus touchés que les autres."*

La seule vraie arme des associations reste la prévention. À l'UCL, elle se fait auprès des étudiants de première année lors des Ateliers Blocus.

R. D.