



Consommation abusive de substances chez l'adolescent

🕒 paru le 23/07/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

La consommation abusive de substances consiste à faire une consommation excessive d'alcool et/ou d'autres drogues. Cela ne conduit pas nécessairement à la dépendance, mais même la consommation occasionnelle peut comporter des risques graves pour la santé.

La règle générale est que les jeunes de moins de 16 ans ne boivent pas d'alcool et que les jeunes de moins de 18 ans ne boivent pas d'alcool fort (spiritueux). Les jeunes âgés de 16 à 17 ans ne devraient pas consommer plus d'1 ou 2 boissons alcoolisées à la fois, pas plus de 2 jours par semaine, et pas toutes les semaines.

Comme consommateurs d'alcool et de drogues, les jeunes sont vulnérables. Les risques chez les adolescents sont importants en raison des effets de ces substances sur le cerveau (qui est encore en plein développement). En plus, les adolescents ont aussi plus envie (que les adultes) de faire l'expérience de ces substances. La consommation régulière ou excessive d'alcool et/ou de drogues a des conséquences néfastes pour le jeune sur le plan physique, et elle perturbe souvent son fonctionnement psychosocial également. De plus, il y a toujours le risque de devenir dépendant.

Quelle est sa fréquence ?

L'alcool est la substance la plus consommée.

Parmi les drogues illégales, le cannabis est la drogue la plus souvent consommée. La cocaïne suit à la deuxième place.

L'usage du cannabis est relativement fréquent chez les jeunes belges francophones : presque 1 jeune entre 15 et 20 ans sur 3 en aurait consommé en 2014.¹

Une consommation abusive de substances peut survenir chez n'importe quel jeune, mais chez certains, le risque est plus élevé, y compris le risque de développer un comportement de dépendance :

- Les adolescents qui ont déjà consommé des substances à un jeune âge ;
- Les jeunes qui vivent dans la pauvreté ou dans la marginalité ;
- Les jeunes qui fréquentent des personnes de leur âge ayant des comportements problématiques ;
- Les jeunes qui ont des problèmes psychiques ;
- Les jeunes dont les parents sont dépendants de l'alcool ou d'autres substances ou ont des problèmes psychiatriques.

Dans ces groupes à risque, la consommation abusive de substances est en plus souvent liée à d'autres types de problèmes, comme des problèmes psychiatriques et un comportement délinquant.

Comment le reconnaître ?

Le problème peut se manifester de différentes manières :

- Le jeune est victime d'un accident dû à son intoxication ;
- Le jeune demande de l'aide pour dépression, anxiété ou troubles du sommeil ;
- Les parents suspectent une consommation de drogues, que ce soit ou non après avoir remarqué des problèmes en rapport avec la drogue ;
- Le jeune demande de l'aide pour arrêter la consommation des substances ;
- Le jeune présente aussi des symptômes psychiques ou a même des tendances suicidaires.

Que pouvez-vous faire ?

Si, en tant que parent ou soignant, vous posez des questions au jeune, faites-le de manière directe et neutre. Avec l'empathie nécessaire, demandez-lui s'il a des symptômes. En effet, les jeunes interprètent souvent les questions relatives à la consommation de substances comme des accusations.

Les interventions familiales sont souvent bénéfiques pour les jeunes ayant un problème de consommation et pour leur famille. C'est pourquoi, en tant que membre de la famille, il est bon de participer au processus de traitement.

Que peut faire le médecin ?

Les prestataires de soins sont tenus au secret professionnel. C'est également le cas lorsque la personne est mineure, même vis-à-vis de ses parents. Les prestataires de soins ne sont donc pas autorisés à informer les parents. Le secret professionnel ne peut être violé que dans des cas exceptionnels, par exemple si le silence du prestataire de soins peut entraîner un danger grave et imminent pour le jeune ou pour d'autres.

Le médecin examinera les facteurs de risque psychologiques et physiques et les symptômes de consommation abusive de substances. Le traitement est généralement davantage axé sur la thérapie que sur les médicaments.

Le meilleur traitement dépend des problèmes psychiques de l'adolescent. Les médicaments ne sont souvent pas un bon choix pour les jeunes qui consomment des substances de manière excessive. Ils les utilisent en effet pour tenter de supprimer leurs symptômes d'anxiété et leurs troubles du sommeil. Par exemple, les somnifères (comme les benzodiazépines) peuvent être ou devenir une partie du problème. Dans certains cas, le médecin peut envisager un traitement médicamenteux (antidépresseurs, antipsychotiques).

Les jeunes ayant un problème en rapport avec des substances sont souvent pris en charge par un service de psychiatrie pour jeunes. Il existe également des centres de traitement spécialisés pour les personnes qui consomment des substances de manière excessive.

Il est important d'impliquer la famille du jeune autant que possible dans le traitement.

En savoir plus ?

- [Médicament ami ou ennemi ? – Solidaris](#)
- [Tranquillisants, antidouleurs, somnifères, 'lean', mélanges. Information, aides et conseils pour les ados - Guide pour les parents – Addiction Suisse](#)
- [Médicaments, en parler avec les ados - Guide pour les parents – Addiction Suisse](#)
- [Benzodiazépines – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antidépresseurs – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antipsychotiques – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- [Infor-Drogues – Une autre écoute](#)

Sources

[Guide de pratique clinique étranger 'Abus de substances psychoactives chez l'adolescent' \(2000\), mis à jour le 23.08.2017 et adapté au contexte belge le 05.04.2020 – ebpracticenet](#)

1 [L'usage de drogues en Wallonie et à Bruxelles : rapport 2016. Eurotox, 2016](#)