

Le binge drinking à l'adolescence...



Olivier Phan, M.D., PhD.

CJC Pierre Nicole, Croix Rouge Française Paris

Service d'addictologie, Fondation santé des

Etudiants de France Sceaux

Unité Inserm669 Maison des adolescents, Paris

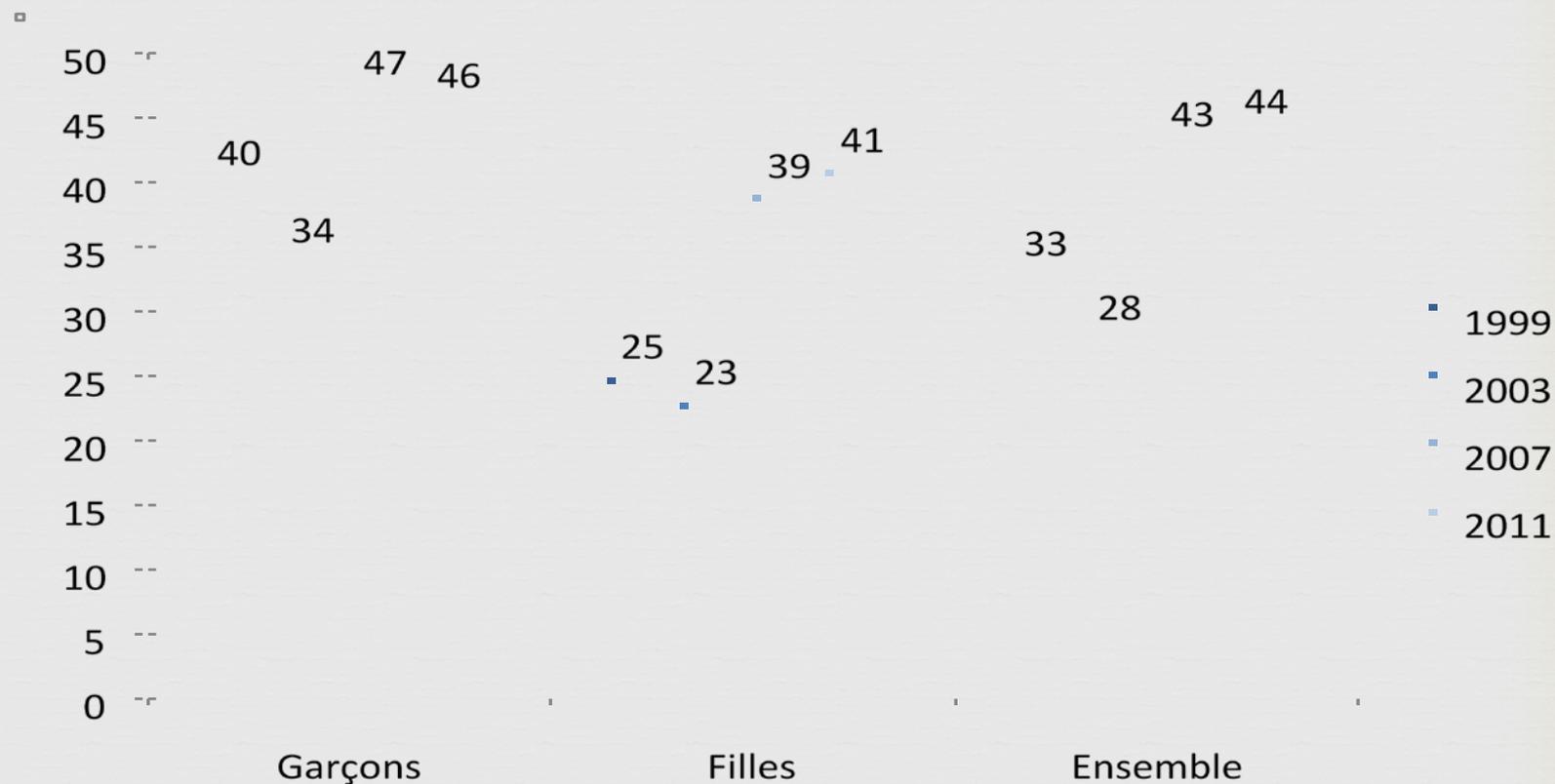
Le Binge drinking ou alcoolisation ponctuelle importante



- ⌘ Consommation d'alcool d'environ 60 à 70 g d'éthanol pur (soit 6 à 7 verres standards ou unités d'alcool en France) en un laps de temps d'environ 2 heures, survenue au cours des six derniers mois (SAMHSA, 2011).
- ⌘ Seuils choisis car ils induisent des dommages sociaux mesurables (Weschler et Austin, 1998).
- ⌘ **Manière de boire : « trop d'alcool et trop vite »**

Évolution de l'alcoolisation ponctuelle importante selon le sexe en France

Source : ESPAD France 1999, 2003, 2007 et 2011



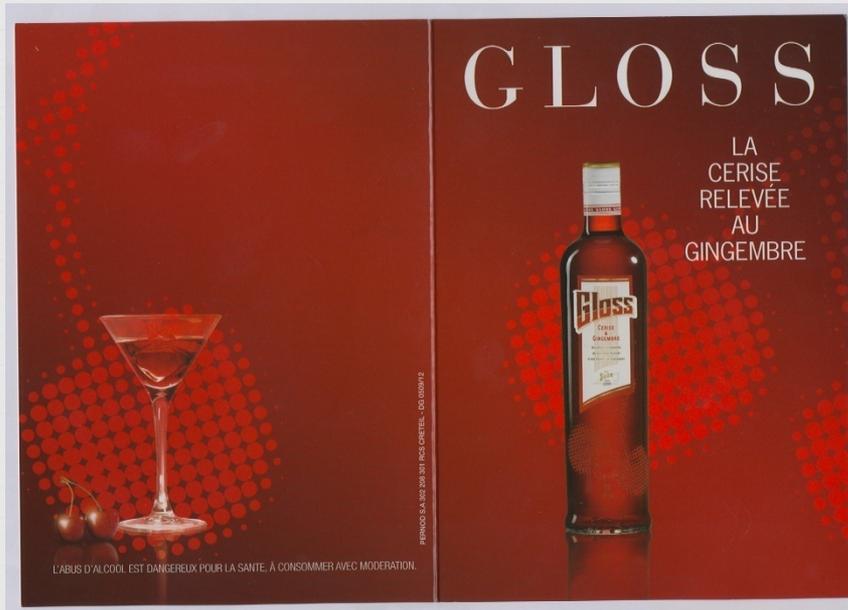
Pourcentage de 15 16 ans ayant connu un épisode de API

Des alcools à la mode



l'étude de McClure et coll. (2013) menée aux États-Unis auprès de 1 734 jeunes âgés de moins de 21 ans. Les résultats révèlent que le « binge drinking » est associé à des expositions régulières à des publicités pour l'alcool : placement dans les films, possession d'objets à l'effigie des marques d'alcool

Un marketing efficace



✎ Le contenu de ces publicités joue sur la socialisation, l'humour, l'aventure, la musique, la séduction, le pouvoir, l'ironie, la provocation... (Austin et Hust, 2005 ; Zwarun et coll., 2006).

Les prémix



- ❧ les « premix » goût de l'alcool adouci par l'ajout de soda ou de bases fruitées.
- ❧ ces mélanges plaisent aux jeunes mineurs qui ne détectent pas la présence d'alcool (Copeland et coll., 2007)

Un phénomène de plus en plus mixte



- ☞ 59,7 % des garçons ont déclaré au moins une pratique dans le mois, contre 46,5 % des filles, soit un sex ratio de 1,3 (Spilka et coll., 2012),
- ☞ Sex ratio de 1,4 en 2008 (Legleye et coll., 2009) et de 1,6 en 2005 (Beck et coll., 2006)

Effets spécifiques



- ☞ Moins sensibles aux effets négatifs de l'alcool (hypnose, hypothermie, incoordination motrice...)
- ☞ Plus réceptifs aux effets positifs (désinhibition, facilitation des interactions sociales...);

A l'adolescence un danger plus grand

- ∞ L'intoxication massive, exerce des effets neurotoxiques plus prononcés sur le cerveau adolescent comparativement à l'adulte.
- ∞ Plus grande interférence avec les capacités d'apprentissage et de mémorisation.
- ∞ Affecte l'apparition de nouveaux neurones (neurogenèse)

Circonstance des alcoolisations

- ❧ Pour lever les inhibition, approcher sans peur l'autre
- ❧ Oublier, ne plus penser
- ❧ Peur et incertitude de l'avenir
- ❧ Société de l'écran => peur des interrelations physiques
- ❧ **Influence clé des émotions et de la gestion des émotions.**

Intérêt RDR adolescent

Article	Type d'étude	Résultats
Milford 2012	RCT intervention réduction des risques versus groupe contrôle. Porte sur l'ensemble des drogues (cannabis, alcool)	Evaluation sur les connaissances sur les produits.
Ritter A, 2006	Méta analyse sur 650 articles	Peu d'études probantes sur le cannabis et l'injection chez les jeunes. Etudes probantes sur alcool notamment sur la conduite automobile.
Meriam M Janssen, 2013	Etudes sur six articles décrivant des programmes sur le marketing social	Efficacité sur les représentations de l'alcool.

Principes des interventions précoces. (Poulin , 2006)



- œ Respecter les genres et les tranches d'âges et les usages différents de substances psychoactives
- œ Le ton de l'action est important : il ne peut être moralisateur, faire peur, être culpabilisant, stigmatisant... ;
- œ Si l'on espère une interrogation du consommateur sur ses habitudes, le bénéfice au changement doit apparaître

Prise en charge précoce (suite)



- ❧ L'intervention doit s'appuyer sur le potentiel des jeunes, leurs valeurs et leurs compétences.
- ❧ Les interventions doivent aussi se fonder sur une prise en compte des phénomènes de l'adolescence et sur une position addictologique centrée sur la personne.
- ❧ Les éléments essentiels de cette démarche comprennent donc l'alliance thérapeutique.

Insister sur les compétences psycho-sociales



Les dix compétences psychosociales (ou aptitudes essentielles), ayant valeur transculturelle, a été établie par l'OMS. Elles sont présentées par couples :

Savoir communiquer efficacement - être habile dans les relations interpersonnelles.



« La communication efficace signifie que nous soyons capables de nous exprimer à la fois verbalement, de façon appropriée à notre culture et aux situations. Cela peut signifier être capable d'exprimer nos désirs à propos d'une action dans laquelle on nous demande de nous impliquer. Cela peut également signifier être capable de demander des conseils quand cela s'avère nécessaire.

Avoir conscience de soi - avoir de l'empathie pour les autres.



« Avoir conscience de soi-même, c'est connaître son propre caractère, ses forces et ses faiblesses, ses désirs et ses aversions. Cela nous aide à reconnaître les situations dans lesquelles nous sommes stressés ou sous pression. C'est indispensable aussi pour établir une communication efficace, des relations interpersonnelles constructives et pour développer notre sens du partage d'opinions avec les autres.

Savoir gérer son stress - savoir gérer ses émotions.



« Faire face à son stress suppose d'en reconnaître les sources et les effets et de savoir en contrôler le niveau. Nous pouvons alors agir de façon à réduire les sources de stress, par exemple, en modifiant notre environnement physique ou notre style de vie. Nous pouvons également apprendre à nous relaxer pour que les tensions créées par un stress inévitable ne donnent pas naissance à des problèmes de santé.

Définition des émotions



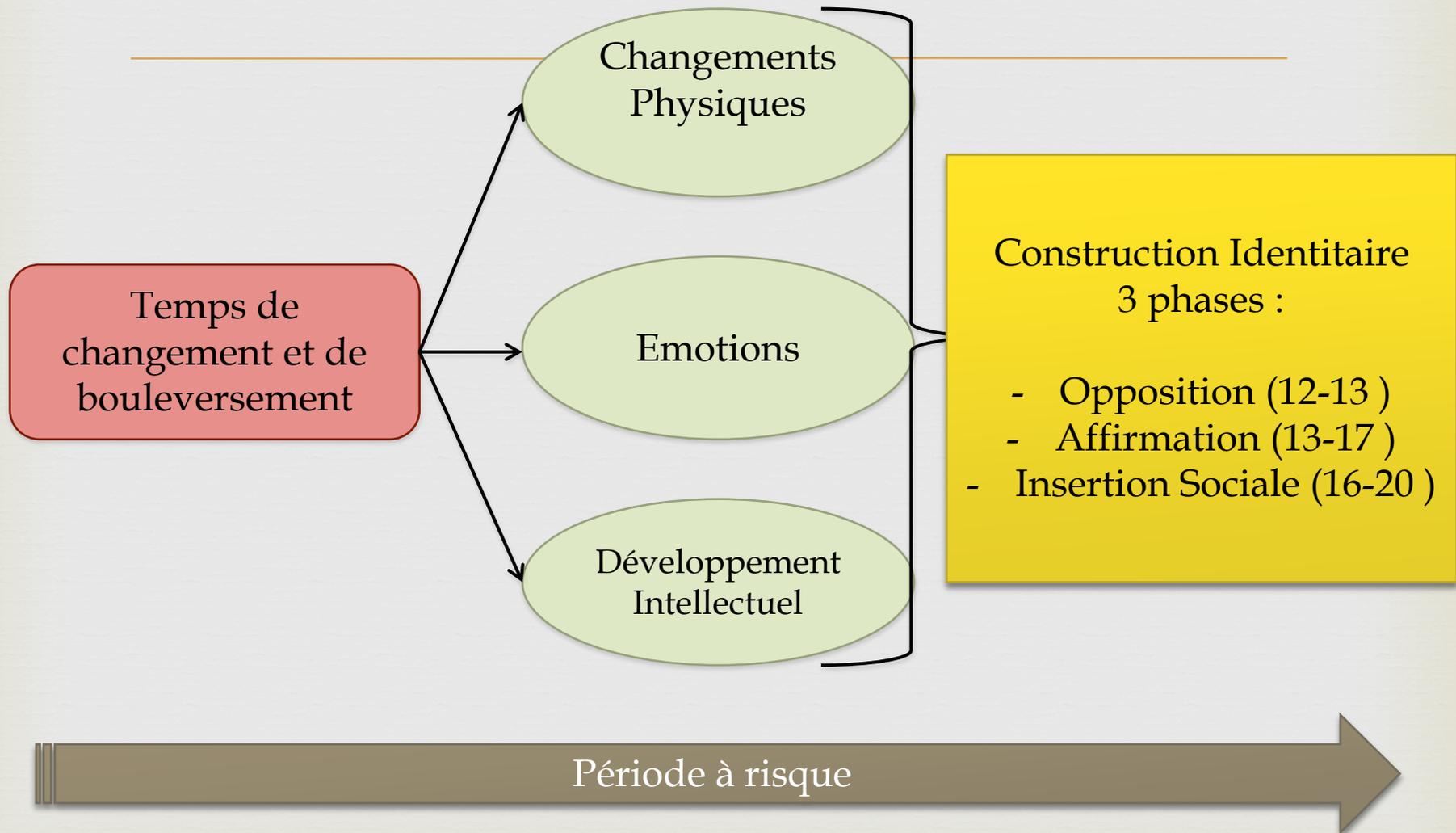
⌘ Tout le monde sait ce qu'est une émotion mais quand il s'agit de la définir....

⌘ Dictionnaire Petit Robert:

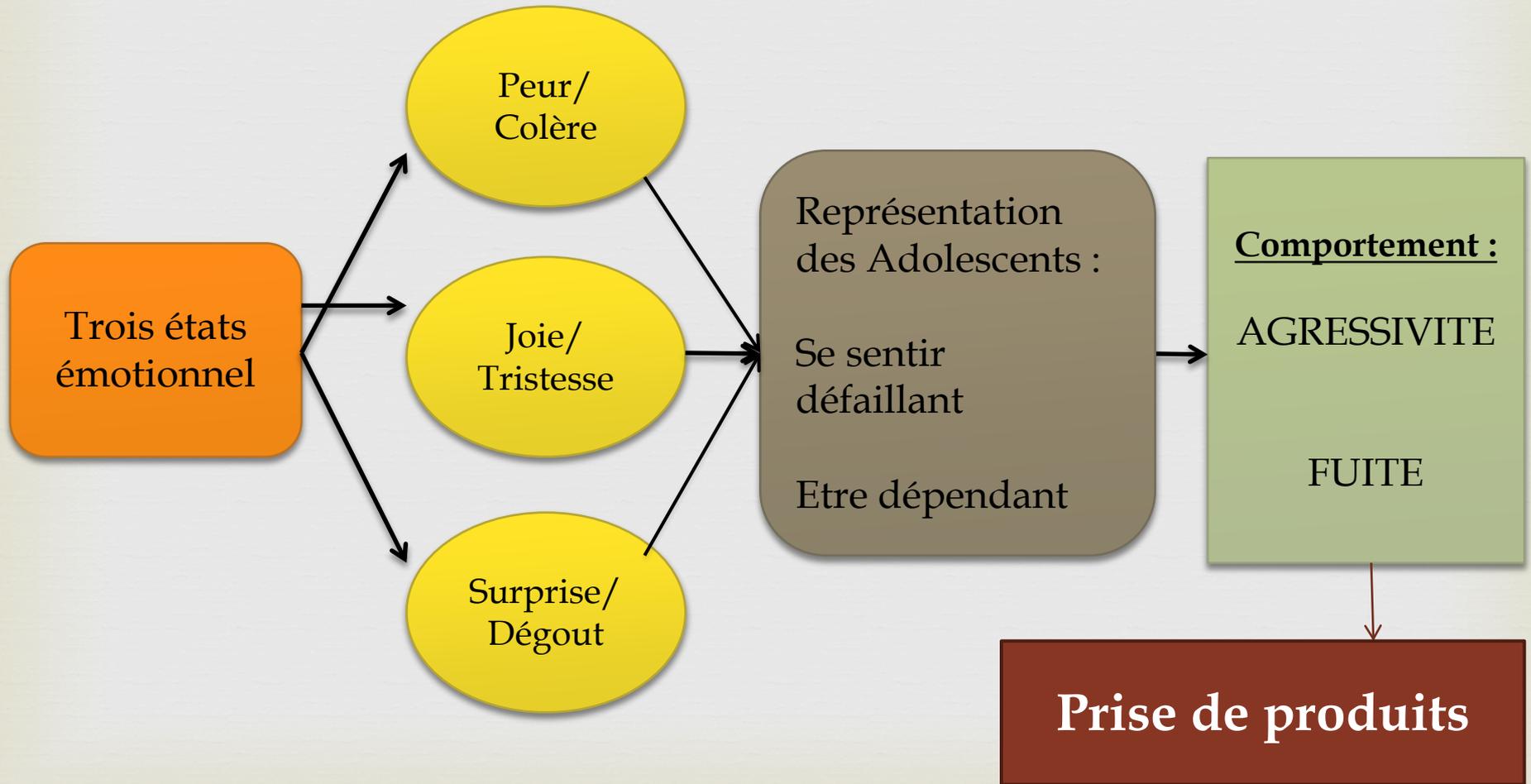
⌘ "Etat de conscience complexe, généralement brusque et momentanée accompagné de troubles physiologiques".



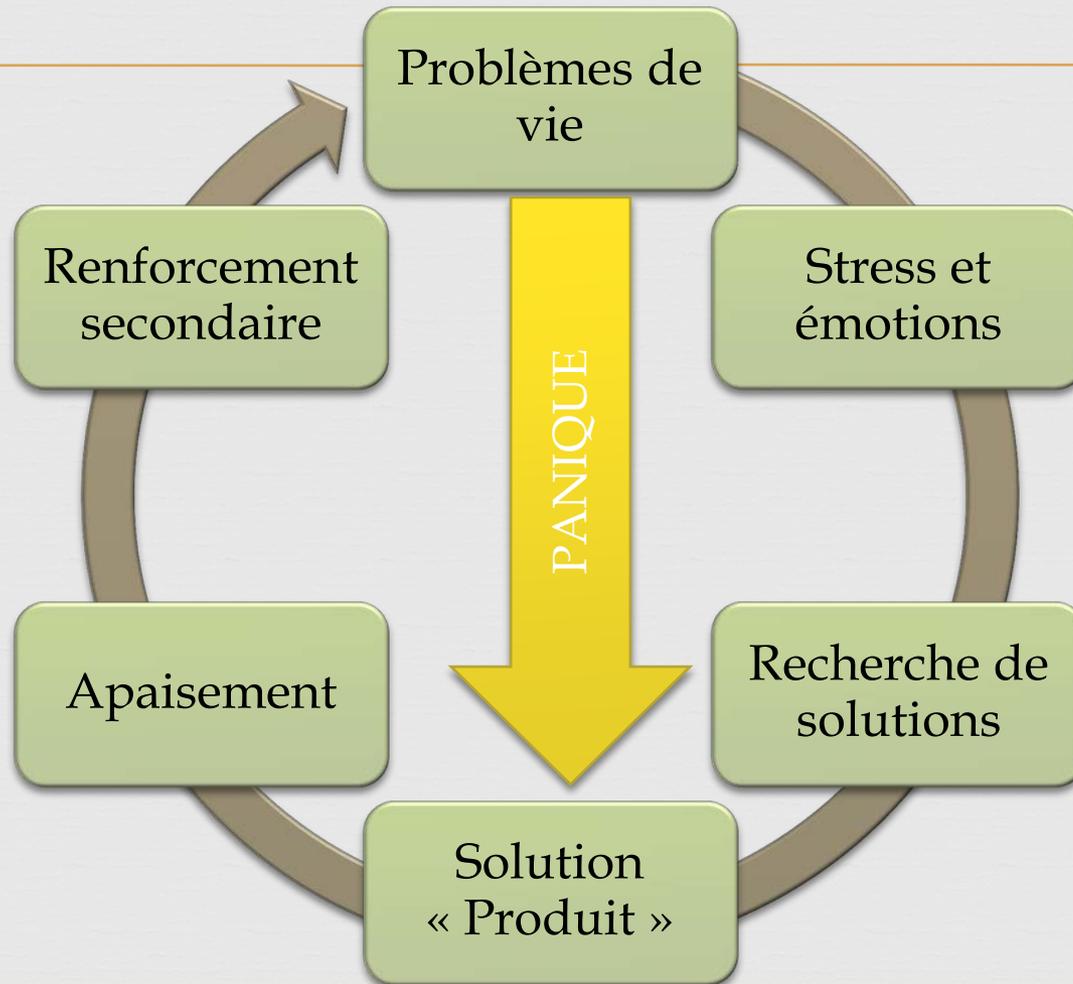
Adolescence : une période vulnérable



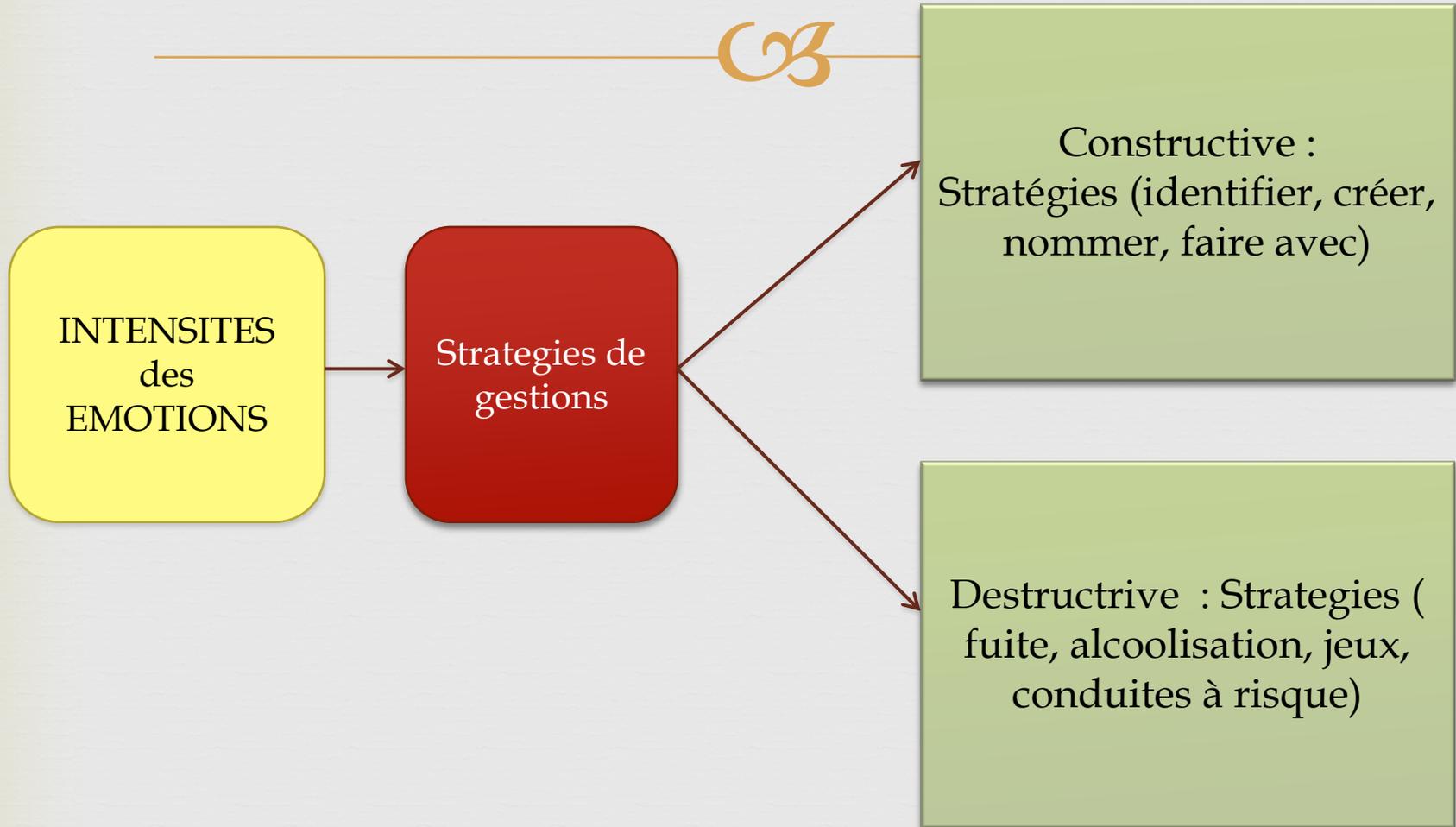
Emotions et conséquences



cycle de l'assuétude



GERER SES EMOTIONS



Les émotions chez l'adolescent



- ∞ L'intensité du vécu émotionnel chez l'adolescent est accentuée par la phase de développement qu'il traverse.
 - ∞ Face a cette intensité, il peut se trouver en difficulté à :
1. Repérer et identifier ses émotions
 2. A formuler intérieurement ce qu'il ressent
 3. A exprimer ce qu'il ressent à un tiers ou en groupe

L'intelligence émotionnelle



☞ Capacité à :

☞ Percevoir les émotions

☞ Les utiliser pour faciliter le raisonnement

☞ Comprendre le langage des émotions

☞ Gérer les émotions, les siennes, celles des autres



Merci de votre
attention

Kusa : Un manga
contre le cannabis
www.kusa-lemanga.fr
odtphan@noos.fr

