

Faits et chiffres

# PLAISIR OU DÉPENDANCE

Les modes de comportement changent au cours du temps et ont une importance qui varie selon la période de la vie. Chaque personne est dotée d'un potentiel à risque qui lui est propre quant à la façon de gérer l'addiction. La manière dont on construit son univers de vie personnel joue en cela un rôle central. C'est pourquoi la consolidation des compétences en matière de santé est une composante importante de l'éducation.

Des notions comme anorexie, achats compulsifs, addiction au travail, etc. ont en commun la dimension compulsive, mais elles ne sont pas reconnues comme «dépendance» dans la classification internationale des maladies de l'Organisation mondiale de la santé OMS.

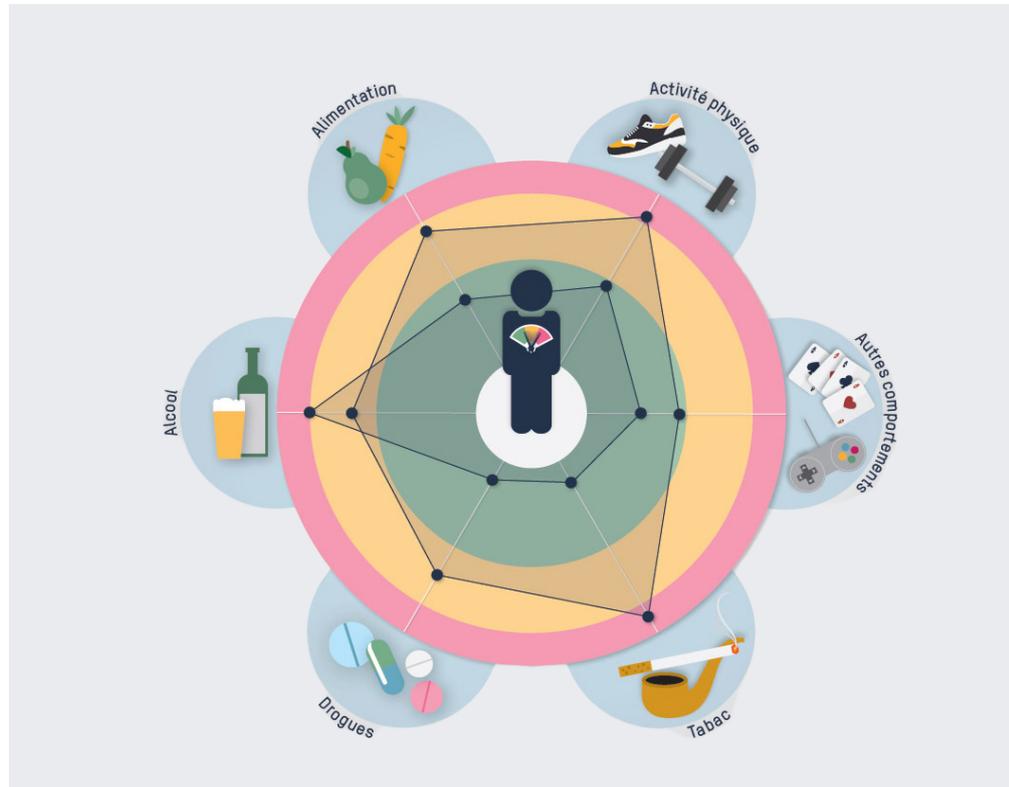
### Quand parle-t-on d'«addiction»?

Les 6 caractéristiques de la dépendance sont, selon l'ICD10 et, depuis 2022, l'ICD11 (International Classification of Diseases):

1. Un désir puissant d'utiliser une substance psychoactive,
2. Une perte de maîtrise de la consommation,
3. Des symptômes de manque en cas de réduction de la consommation ou de sevrage
4. Augmentation de la consommation (développement d'une tolérance)
5. Poursuite de la consommation malgré ses conséquences néfastes
6. Le fait de négliger ses autres intérêts.

Les points mentionnés ne peuvent pas être définis ou contrôlés sur la base d'une quantité de substance consommée pré-établie; ils doivent être examinés individuellement et dans le contexte général.

Autres informations concernant la dépendance sur [addictionsuisse](http://addictionsuisse.ch)



### ICD 10 et 11 – Faire la distinction entre maladies addictives et usage nocif:

Pour diagnostiquer la dépendance, les 6 critères de diagnostic sont désormais répartis en trois groupes de deux ; à l'avenir, 2 doivent être satisfaits. À l'intérieur des groupes, il suffit qu'un critère soit satisfait pour que le groupe de deux soit jugé comme une réponse affirmative. En prenant en considération les connaissances scientifiques du domaine de l'addiction, il convient de relever des avantages et des inconvénients. La spécificité de l'établissement du diagnostic risque de se détériorer par rapport à l'ICD-10, car un seul critère doit être

satisfait par groupe de deux et que de ce fait, il se pourrait qu'un comportement de consommateur non problématique soit transformé faussement en pathologie et qu'un diagnostic incorrect soit établi. Ceci apparaît comme problématique car la définition de l'ICD-10 « poursuite de la consommation malgré ses conséquences néfastes », est reformulée dans l'ICD-11 de manière plus large « poursuite fréquente de la consommation malgré l'apparition de problèmes ». Ceci pourrait avoir pour effet que le critère soit considéré comme satisfait simplement par le fait que la consommation d'une substance donnée est illégale dans le pays considéré.

La fiche se fonde sur des informations et des définitions de l'OFSP BAG.

### Définitions:

#### Se régaler:

une autre expression pour consommer ou ingérer, associée à des sentiments positifs comme la joie, le plaisir.

La consommation est toujours liée à un risque. «La stratégie nationale établit une distinction entre les modes de consommation et les schémas de comportement en fonction de leur intensité et des risques qu'ils représentent pour l'individu et la société»:

#### Comportement à faible risque:

«Un comportement à faible risque désigne les formes de consommation et les pratiques qui ne sont nocives ni pour la santé de la personne concernée ni pour son entourage; elles font souvent partie de la vie en société».

#### Comportement à risque:

«Un comportement à risque désigne une façon de consommer ou une pratique qui pourrait causer des problèmes ou des dommages physiques, psychiques ou sociaux à la personne concernée et à son

entourage. On distingue trois schémas comportementaux potentiellement nocifs pour l'individu, son entourage et la société: comportement excessif, comportement chronique et comportement inadapté à la situation».

#### Addiction:

«L'addiction est une maladie. Elle se caractérise par des comportements compulsifs qui persistent malgré des conséquences graves pour la santé de la personne concernée et sa vie sociale».

Chacun.e avance des raisons différentes pour expliquer son comportement personnel en matière de consommation. Chaque personne ne développe pas nécessairement un comportement problématique. La résilience personnelle et les facteurs de protection individuels influencent fortement le fait qu'une personne recèle en elle un potentiel d'ad-

diction ou pas. L'entourage social, les conditions de travail et de vie, la famille, les amis ou les camarades de classe influencent aussi le fait qu'une personne s'approprie un certain comportement ou non. Les conditions cadre de la société doivent être telles qu'elles empêchent d'entrer dans une consommation problématique. À cet effet, la Confédération

met en place une Stratégie nationale à différents niveaux afin de créer des conditions aussi favorables que possible pour la prévention des dépendances. La Confédération investit chaque année plus de «7.9 milliards de francs pour la société, en consacrant la majeure partie au tabagisme, à savoir 3.9 milliards de francs».

Prévention.ch/Addictions:  
<https://www.prevention.ch/fr/results?categories=Addictions>



### Faits\* tirés de la vidéo:

- \*Remarque : le monitoring des addictions a été supprimé entre-temps.
- En Suisse, 9 personnes sur 10 de 15 ans et plus consomment de l'alcool
- 400'000 personnes fument 1 paquet de cigarettes ou plus par jour
- Cela représente une consommation moyenne de tabac de 11 cigarettes par jour
- 10% de tous les 15-24 ans consomment du

cannabis, 1/5 d'entre eux tous les jours  
 -Décès annuels en Suisse...

- ...9'500 personnes meurent des conséquences du tabagisme
- ...1'600 personnes meurent des conséquences de l'abus d'alcool
- ...120 personnes meurent d'une overdose de drogue

Youtube: Monitoring des addictions 2015 en bref. <https://youtu.be/4vfXePDjGp0>

### Trouver de l'aide!

Des consultations anonymes et des aides directes pour toi et les autres sont proposées aux adresses suivantes:



### Autres partenaires:

- <https://www.comment-vas-tu.ch/>
- <https://www.prevention.ch/fr/organisation/infodrog>
- <https://www.radix.ch/fr/ecoles-en-sante/>
- <https://www.ciao.ch/>
- <https://www.infodrog.ch/fr/actualites.html#categories=>
- <https://www.grea.ch/>
- <https://www.147.ch/fr/> / Pro Juventute

### Autres médias spécialisés sur ces questions:

- Enquête sur la santé des élèves en Suisse
- Stratégie nationale Addictions
- Semaine d'action «Enfants de parents dépendants»
- Enfants dans une famille dépendante