

ALCOOLOGIE

Réduire le binge drinking avec une application : le projet Smartbinge

TABACOLOGIE

Retour sur le colloque international sur la e-cigarette

ADDICTOLOGIE

20 ans de décriminalisation des drogues au Portugal : quelles leçons en tirer ?

• AGENDA

• LIRE UTILE en anglais

• LIRE UTILE

À l'aube de cette nouvelle année, les injonctions à la sobriété se multiplient. Ralentir les consommations au nom de l'économie, de l'écologie, du pouvoir d'achat : les arguments se mélangent... Et si nous en profitons pour réduire aussi notre consommation d'alcool, en ajoutant la santé dans la liste des arguments et en relevant le Défi De Janvier – Dry January ? Et profiter de cet entrain collectif pour remettre fondamentalement en question nos choix individuels et sociétaux face à une consommation si lourde de conséquences pour la société !

Année après année, Le Défi De Janvier – Dry January – s'installe dans les habitudes des Français-e-s. Les participant-e-s qui souhaitent s'engager dans cette pause d'alcool sont accompagné-e-s par tout un collectif de structures mobilisées pour leur proposer des conseils, astuces, témoignages...

Car les bénéfices sur la santé sont prouvés : meilleur sommeil, regain d'énergie, meilleure concentration, perte de poids et, à terme, une consommation d'alcool mieux maîtrisée, même plusieurs mois après janvier, même chez celles et ceux qui n'ont pas réussi complètement le défi.

Et après ? Il s'agira de tenir, d'éviter les consommations excessives, de relayer l'impérieuse nécessité d'un changement de modèle, d'une réduction des coûts sociétaux, somatiques et psychologiques, d'une protection plus accrue de la jeunesse face aux campagnes d'incitation à la consommation des alcooliers. Car en matière d'alcool, rien n'est sans risque. Qu'il s'agisse d'enjeux de santé publique, éthiques ou économiques, les questions sont colossales. Quelle législation, quelle réglementation ?

Quelle offre de prévention, de soins ? Quels seuils en matière de consommation ?

La réflexion devrait être citoyenne, le débat porté sur la place publique, les recommandations partagées et communiquées largement. Nous pourrions ainsi plaider pour la suppression de la publicité sur les produits alcoolisés et permettre ainsi aux consommateurs de faire des choix libres et éclairés, dénués de toute influence publicitaire et commerciale ; renforcer structurellement l'éducation, la prévention et la réduction des risques et des dommages en donnant aux actions éducatives et de promotion de la santé les moyens nécessaires pour agir efficacement sur les comportements à risque pour l'individu et la société ; ou encore obliger l'étiquetage nutritionnel et en unités d'alcool sur les boissons alcoolisées – mesure qui pourrait être d'une aide importante dans les programmes de maîtrise de la consommation.

En termes de santé mentale, physique et sociétale, les dommages liés à l'alcool sont « dose-dépendants ». Ce sont des enjeux d'importance qui nécessitent un engagement sociétal. Le Défi De Janvier – Dry January – y contribue, non dans une approche abstinentielle, mais en aidant les consommateurs à s'interroger sur leurs usages et leurs situations. Le caractère collectif de l'opération atteste de son ancrage dans des principes de promotion de la santé.

Je vous souhaite une belle et heureuse année 2023, riche de succès tant professionnels que personnels.



PR AMINE BENYAMINA | Président du RESPADD

RÉDUIRE LE BINGE DRINKING CHEZ LES ÉTUDIANTS AVEC UNE APPLICATION SMARTPHONE : L'ESSAI CLINIQUE CONTRÔLÉ ET RANDOMISÉ SMARTBINGE

Les neurosciences ont révélé qu'à l'adolescence le cerveau humain subit encore des processus de maturation très importants jusqu'à environ 25 ans.

L'âge des premières ivresses est en France aux alentours de 15 ans et ces premières ivresses peuvent s'intensifier et devenir très fréquentes pour évoluer ensuite vers le comportement de binge drinking.

PR MICKAËL NAASSILA
INSERM U1247, SFA

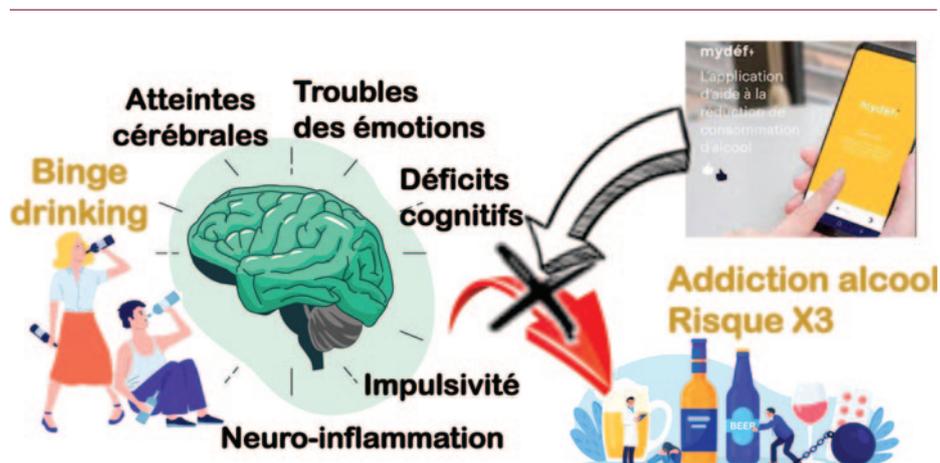


Boire beaucoup et rapidement est donc beaucoup plus délétère sur les fonctions cérébrales. Lutter contre cette vitesse excessive de consommation représente un enjeu majeur dans la prévention.”

C'est un comportement à risque, de tous les dangers, avec des consommations d'alcool rapides et pouvant aller bien au-delà des 6 à 7 verres en 2 heures et des alcoolémies bien supérieures au seuil de 0,8 g/l utilisé dans la définition du binge drinking. Il est responsable de violences, accidents de la route, comas et viols. Le cerveau n'est pas en reste, car le binge drinking est associé aux fameux trous noirs (blackouts) qui empêchent complètement le cerveau de mémoriser après quelques consommations seulement alors que l'on continue à interagir avec les autres fêtards. Le lendemain, c'est aussi le risque d'avoir une gueule de bois, voire pour certaines personnes, des pertes de mémoire qui peuvent être durables dans le temps et associées à des plus faibles capacités d'apprentissage et de mémorisation. C'est ainsi qu'il est bien démontré maintenant qu'un comportement de binge drinking (3 verres par heure par occasion et 17 verres par semaine en moyenne) pendant plusieurs mois est associé à des moins bonnes capacités de mémorisation chez des étudiants comparativement à des buveurs réguliers d'alcool, mais pas sur le mode du binge drinking (1 verre et demi par heure et 5 verres par semaine en moyenne) (Gierski 2020*). Boire beaucoup et rapidement est donc beaucoup plus délétère sur les fonctions cérébrales. Lutter contre cette vitesse excessive de consommation représente un enjeu majeur dans la prévention. Les études montrent aussi que comparativement à des buveurs réguliers, mais ne s'engageant pas dans un comportement de binge drinking, les binge drinkers vont présenter des atteintes du

fonctionnement et de la structure du cerveau, avec une diminution de la densité neuronale et de la fonctionnalité des projections des neurones qui transmettent l'information nerveuse. Il est maintenant établi qu'un seul épisode de binge drinking suffit pour induire pendant plusieurs semaines des atteintes cérébrales. Ces atteintes proviendraient notamment de la neuro-inflammation qui est activée par l'alcool. Autre donnée récente, le binge drinking fréquent (au moins 2 fois par mois) chez les jeunes (18-25 ans) augmente d'environ 3 fois le risque d'avoir plus tard un trouble de l'usage d'alcool, c'est donc un facteur de risque important de développer une addiction. En général, plus la consommation d'alcool est précoce (initiation avant 15 ans), plus le risque de présenter ultérieurement une consommation problématique d'alcool est grand. Des études récentes ont démontré que les jeunes s'adonnant au binge drinking présentent des déficits dans le traitement des émotions et ces déficits pourraient ainsi contribuer à maintenir ou exacerber la consommation d'alcool pour faire face aux difficultés relationnelles. Des études ont aussi démontré que les jeunes qui présentent une consommation excessive d'alcool, voire un trouble de l'usage d'alcool, sont aussi ceux dont le cerveau est le plus activé par les publicités sur l'alcool et notamment les aires limbiques et celles du cortex visuel. Ces données sont préoccupantes et devraient inciter à renforcer la prévention visant à limiter l'exposition des jeunes aux publicités sur l'alcool. Concernant les différences liées au sexe, aucun résultat solide ne permet de conclure à un impact du binge drinking sur le cerveau qui pourrait différer entre les filles et les garçons. Il existe actuellement très peu d'études sur la récupération du cerveau après avoir arrêté de consommer de l'alcool sur le mode du binge drinking, mais les résultats disponibles indiquent qu'il y a une récupération cognitive, et ce d'autant plus vite que le comportement de binge drinking a été peu fréquent.

C'est dans ce contexte que le projet Smartbinge financé par le Fonds de lutte contre les addictions vise à tester l'efficacité de l'application MyDéfi (développée par le Pr Pascal Perney) en réduisant la consommation d'alcool chez les étudiants de 5 universités. Une application pourrait être très utile pour l'intervention auprès des jeunes qui sont peu enclins à rechercher une aide contre la consommation excessive d'alcool. L'application actuellement utilisée par les patients alcoolo-dépendants consiste en un agenda de consommation et des conseils personnalisés. L'application est en cours d'adaptation pour mesurer le comportement de binge drinking et donner des conseils personnalisés adaptés à ce comportement et à destination des jeunes. L'efficacité de l'intervention sera mesurée pendant 3 mois et sera appréciée non seulement par la quantité d'alcool consommée et le comportement de binge drinking rapportés par les jeunes, mais aussi la mesure de l'exposition à l'alcool par la mesure du



phosphatidyléthanol (PEth) mensuellement. Cette étude permettra aussi d'étudier les déterminants du comportement de binge drinking à la fois environnementaux et individuels. ●●

* Gierski F, Stefaniak N, Benzerouk F, Gobin P, Schmid F, Henry A, Kaladjian A, Naassila M. Component process analysis of verbal memory in a sample of students with a binge drinking pattern. *Addict Behav Rep*, 2020.

Site web : <https://grap.u-picardie.fr/projets/smartbinge-app-mydefi/>



▲ CLOTILDE CHAMPEYRACHE
LA FACE CACHÉE DE L'ÉCONOMIE
Éditeur : ALPHA
Broché : 398 pages

▲ À l'heure où Eurostat demande aux États membres de l'Union européenne d'intégrer au calcul du PIB certaines activités illégales telles que la prostitution, l'ouvrage réinterroge la notion de frontière entre économies criminelle et légale. Oligarques russes, économie au noir, corruption et criminalité en col blanc... Cet ouvrage dévoile et analyse les facettes les plus sombres de l'économie mondialisée, autour de deux convictions fortes : sphères légale et illégale ne sont en rien étanches ; le discours économique dominant, axé sur la toute-puissance du marché, banalise, voire favorise le développement des pratiques criminelles. Les principaux marchés illégaux et leur évolution sont ici présentés. La dimension économique de la criminalité organisée est également envisagée à travers l'infiltration de l'économie légale d'un point de vue tant financier (à travers le blanchiment et recyclage de l'argent sale) que productif (via les entreprises légales aux mains de criminels). L'ouvrage pose enfin la question du lien entre densification de la mondialisation et expansion criminelle.

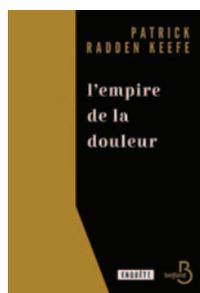
► Une enquête implacable sur une famille qui a bâti autour de la douleur un véritable empire ; le tableau saisissant de l'alliance mortifère du capitalisme le plus sauvage, d'un lobbyisme effréné et d'un système de santé en miettes.

Longtemps, la famille Sackler a été saluée pour ses activités philanthropiques. Or ce mécénat colossal servait à masquer son rôle à la tête d'un empire pharmaceutique tentaculaire, responsable de l'un des plus gros scandales sanitaires de l'Histoire : la crise des opioïdes.

Pour comprendre ce désastre, il faut remonter au début du XX^e siècle, quand trois frères issus d'une famille juive désargentée de Brooklyn créent une agence de publicité qui va révolutionner le marketing lié à la santé. Leur premier exploit ? Rendre toute la génération d'après-guerre accro au Valium.

Dans les années 1990, les Sackler vont encore plus loin. Surfent sur une nouvelle approche de la prise en charge de la douleur, ils mettent au point l'OxyContin, un « remède miracle » lancé à grand renfort de communication, qui va leur assurer des revenus exceptionnels.

Jusqu'à ce que la vérité éclate : addiction, surdosage, trafic, et une vague d'overdoses sans précédent... Comment, en dépit des alertes répétées des médecins, les Sackler ont-ils pu nier la dangerosité de leur produit ? Comment ont-ils réussi à passer entre les gouttes judiciaires pendant toutes ces années ?



▲ PATRICK RADDEN KEEFE
L'EMPIRE DE LA DOULEUR
Éditeur : Belfond
(29 septembre 2022)
Broché : 688 pages



▲ KATHRYN BOWERS, BARBARA NATTERSON-HOROWITZ
L'ÂGE SAUVAGE : L'ADOLESCENCE CHEZ LES HUMAINS ET LES ANIMAUX
Éditeur : Markus Haller
Langue : Français

► L'adolescence, cette étape cruciale, vulnérable et exaltante de la vie entre l'enfance et l'âge adulte, n'est pas un phénomène exclusivement humain. En observant et en expliquant les similitudes entre adolescents de différentes espèces et adolescents humains, Barbara Natterson-Horowitz et Kathryn Bowers jettent une toute nouvelle lumière sur les comportements souvent

déconcertants qui caractérisent cet âge si sauvage. Elles montrent comment cette période de la vie permet de créer la base de la confiance, de la réussite et de l'indépendance des adultes. Cet ouvrage transforme notre perspective sur l'adolescence, qu'il s'agisse de la prise de risque, de l'anxiété, de l'amitié et de la sexualité ou de la nécessité de quitter le foyer parental. Il peut inspirer la confiance aux adolescents et encourager la patience et le soutien des adultes. C'est un guide inestimable pour les parents, les adolescents, les enseignants et autres professionnels qui travaillent avec eux.

RETOUR SUR LE COLLOQUE INTERNATIONAL SUR LA E-CIGARETTE : UN ESPACE DE RÉFLEXION ET D'ÉCHANGE AUTOUR DES SEDEN (Systèmes électroniques de délivrance de nicotine)

Face aux enjeux liés au développement de la vape en France, l'Institut national du cancer (INCa) a organisé un colloque international consacré à cette thématique les 5 et 6 décembre derniers à Paris. Ces journées ont été l'occasion de revenir sur les enjeux sanitaires, socio-économiques et politiques liés à l'usage de ce dispositif, à l'échelle nationale comme internationale.

en termes de santé publique : augmentation des marchés illégaux, baisse de l'attractivité de la vape comme soutien au sevrage tabagique, etc.

Nous voyons que la mise en place d'une régulation efficace sur les SEDEN implique de s'appuyer sur des données et travaux scientifiques solides. Cependant, les chercheurs intervenant dans ce domaine font face à plusieurs enjeux concernant la production de leurs travaux.

2. Enjeux de la recherche

Dans le cadre d'une plénière, plusieurs chercheurs⁽²⁾ de différents pays (Royaume-Uni, Grèce, Allemagne) ont exposé les principaux défis auxquels ils se sont confrontés en s'intéressant aux SEDEN, parmi lesquels :

- **soulever des fonds pour développer la recherche sur les dispositifs d'arrêt du tabac.** Aussi, une fois ces fonds soulevés, comment les allouer de la meilleure manière possible ? ;
- **endiguer les conflits d'intérêts, encore très présents dans le domaine de la recherche sur le sujet.** À ce titre, il apparaît également difficile d'inciter de jeunes chercheurs à produire des travaux sur ce sujet du fait des pressions de différents acteurs (professionnels de la vape et industrie du tabac notamment) auxquels ils peuvent faire face ;
- **disposer de données solides et les combiner entre elles.** Cela est rendu d'autant plus difficile du fait des différences de méthodologie de recherche et de terminologie entre pays. Par ailleurs, les chercheurs peuvent être soumis à des biais de perception dans leur propre analyse (« we see what we want to see ») ;
- **prendre en compte les changements dans le marché de la vape** (nouveaux produits, nouveaux producteurs, etc.)

Répondre à ces enjeux est essentiel pour construire ensuite une solide politique de régulation des SEDEN au niveau euro-

1. Régulation du marché des SEDEN

Le colloque s'est ouvert sur l'intervention de M. Mitch Zeller, ancien directeur de la Food and drug administration (FDA), qui est revenu sur les enjeux de régulation de la vape aux États-Unis.

M. Zeller soulève deux interrogations essentielles autour de la vape :

- **Quels sont ses effets sur la santé ?**
- **Quelle régulation pour ces produits ?**

La vision de la FDA pour les prochaines années en termes de santé publique est la suivante : bâtir un monde sans addiction à la nicotine. À ce titre, elle voudrait informer davantage le grand public sur les bénéfices-risques de ces produits et **encourager un dialogue national** sur les SEDEN. Cependant, les organisations sanitaires américaines restent très divisées sur le sujet. La constitution d'une base de données sur le vapotage et le renforcement des études longitudinales sur le sujet permettrait de renforcer les connaissances encore lacunaires sur les bénéfices-risques de ces produits.

Parallèlement à cela, la chercheuse Reinskje Tahout⁽¹⁾ est revenue sur la régulation du marché hollandais des e-liquides. Le gouvernement hollandais a en effet décidé de bannir les liquides parfumés en dehors du goût « tabac » à partir du 1^{er} janvier 2023. Diminuer l'attractivité de ces produits permet d'en détourner les plus jeunes attirés par les goûts fruités/sucrés et de promouvoir des comportements plus sains pour les personnes souhaitant arrêter de fumer grâce à la vape. Cependant, la mise en place de telles mesures pourrait avoir des effets inattendus

MYRIAM ARSALANE
CHARGÉE DE PROJETS,
RESPADD



Nous voyons que la mise en place d'une régulation efficace sur les SEDEN implique de s'appuyer sur des données et travaux scientifiques solides.”

péen, basée sur les preuves. Cependant, quelles informations factuelles peut-on tirer des travaux scientifiques existants sur le sujet ? Plusieurs intervenants se sont succédé pour tenter de tirer des conclusions sur les bénéfices-risques liés à ces produits.

3. Bénéfices-risques des SEDEN

Plusieurs travaux de recherche ont été présentés dans le cadre de symposiums et/ou ateliers sur différentes thématiques. Une session portait notamment sur les conséquences sanitaires de l'usage de la vape. Une analyse de la littérature scientifique présentée par David Levy⁽³⁾ (université de Georgetown) montre par exemple des bénéfices à long terme de l'usage de la vape, notamment chez les personnes souffrant d'asthme et de BPCO⁽⁴⁾. De même, des travaux réalisés par Rafael Meza (université du Michigan) et al.⁽⁵⁾ montrent que l'usage de la vape n'est pas associé à un risque plus élevé de survenue d'une BPCO après ajustement au statut tabagique et nombre de cigarettes fumées par année par les usagers. Enfin, un travail mené par une équipe de chercheurs du King's College London⁽⁶⁾ montre que, en Angleterre, les incidents liés à la vape (incendies, blessures, empoisonnements) restent très rares et évitables en prenant des précautions adaptées.

Un autre atelier portait sur le potentiel addictogène de la vape et son attractivité auprès des jeunes. En l'état, les éléments recueillis par les différents travaux présentés ne suffisent pas à statuer sur le potentiel addictogène de la vape, qui semble amener une meilleure maîtrise de son usage par rapport à la cigarette. Parallèlement à cela, des travaux menés en Angleterre⁽⁷⁾ montrent un fort intérêt des

jeunes pour les vapes jetables (*puffs*) en raison de la diversité des goûts et de leur design. Il s'agit ainsi, en termes de régulation, de limiter l'entrée des jeunes dans la dépendance par ces dispositifs sans rendre le produit inaccessible aux fumeurs et aux usagers souhaitant arrêter de fumer par ce biais.

Conclusion

Plusieurs axes de réflexion ont été soulevés au cours de cette journée, comme la méthodologie et la posture à adopter en tant que chercheur pour analyser les impacts des produits du vapotage. Ainsi, il apparaît nécessaire de clarifier les messages sanitaires et les informations transmises au grand public. Maria Melchior (INSERM) rappelle que deux tiers des Européens estiment que la vape est plus dangereuse que la cigarette. Informer le grand public sur le vapotage et réguler le marché des SEDEN impliquent de consolider les bases de données existantes et de réfléchir aux conséquences inattendues liées à l'usage de ces produits : usage par les jeunes, maintien dans l'addiction à la nicotine, méconnaissance du personnel médical sur ces produits, etc.

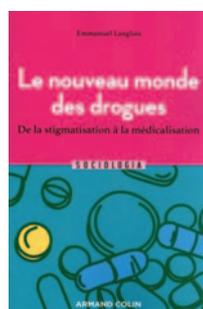
Nous remercions les organisateurs de cet événement pour leur travail et la qualité

”
Informé le grand public sur le vapotage et réguler le marché des SEDEN impliquent de consolider les bases de données existantes et de réfléchir aux conséquences inattendues liées à l'usage de ces produits.”

des intervenants, en espérant que cela puisse permettre de renforcer les réseaux pluridisciplinaires de recherche sur le sujet et d'amener à une réflexion globale sur l'avenir des SEDEN en Europe. ●●

- (1) National Institute for public health and the environment (RIVM).
- (2) Jamie Hartmann-Boyce (Oxford University), Paraskevi Katsaounou (Medical school of the National and Kapodistrian University of Athens), Ute Mons (University of Cologne and DKFZ), Caitlin Notley (University of East Anglia), Lion Shahab (University College London).
- (3) Levy David et al. (2022). "Health effects of electronic cigarettes: an Umbrella Review and Methodological Considerations", *Int J Environ Res Public Health*.
- (4) Bronchopneumopathie chronique obstructive.
- (5) Meza Rafael et al. (2022). "Electronic Nicotine Delivery Systems (ENDS) use during a five-year period is not associated with self-reported chronic obstructive pulmonary disease (COPD) after adjustment of cigarette smoking history: a longitudinal analysis of PATH data", *Medrxiv*.
- (6) Robson Debbie et al. (2022). "Unintended consequences of vaping: from poisonings and explosions".
- (7) Smith Marissa, Hilton Shona. "Youth's views and experimentation with disposable e-cigarettes: using focus groups".

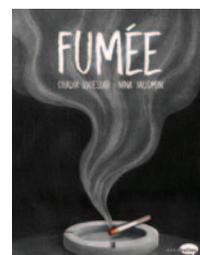
LIRE UTILE ●



▲ EMMANUEL LANGLOIS
LE NOUVEAU MONDE DES DROGUES : DE LA STIGMATISATION À LA MÉDICALISATION
Éditeur : Armand Colin
Broché : 288 pages

« L'ouvrage dresse un constat sur la nouvelle situation des drogues dans notre société et sur la place qu'elles occupent dans nos vies individuelles. Cette nouvelle situation tranche avec nos imaginaires et nos stéréotypes encore fortement orientés autour de la figure d'un toxicomane héroïnomane, injecteur, dépendant, précaire, délinquant... pour mettre l'accent sur la diffusion des drogues, leur banalisation et surtout leur médicalisation.

L'ouvrage fait une sociologie des drogues dans un contexte de médicalisation qui a pris son ampleur depuis 1997 avec la notion d'addiction. Le terme est devenu inflationniste et s'est étendu aux addictions sans produits qui font florès dans l'actualité. L'ouvrage décrit comment ce processus de médicalisation a reconfiguré notre rapport aux drogues. Il est organisé autour de cinq chapitres : un survol historique des drogues d'hier à aujourd'hui pour qualifier le sens de l'évolution de leurs usages ; l'expérience contemporaine des drogues et le sens que l'on donne aux usages ; l'analyse des situations « floues » entre drogues et médicaments ; la prise en charge médicalemente des usagers d'opiacés « traditionnels » et la politique dite de substitution ; et pour finir les prises en charge des usagers de drogues « traditionnels ».



▲ NINA JACQMIN,
CHADIA LOUESLATI
FUMÉE
Éditeur : MARAbulles
Broché : 144 pages

« Une histoire sans parole, d'un amour puissant et addictif, où les souvenirs et les cauchemars s'entremêlent et finissent par partir en fumée. Et si la vie n'était qu'une question de choix ?

20 ANS DE DÉCRIMINALISATION DES DROGUES AU PORTUGAL : QUELLES LEÇONS EN TIRER ?

Le modèle de décriminalisation portugais a célébré ses 20 ans en 2022, une opportunité pour réfléchir sur cette politique et tirer des leçons sur son efficacité et sur la possibilité pour d'autres nations d'adopter un modèle similaire.

MARIE NOUGIER

CHARGÉE DE RECHERCHE ET DE COMMUNICATION, INTERNATIONAL DRUG POLICY CONSORTIUM

Article paru initialement dans « Drogues, santé, prévention » octobre 2021 - mars 2022.

Plus de

50

juridictions dans

30 pays

à travers le monde ont adopté un tel modèle. **Pourquoi, alors, une telle renommée ?**

Un peu d'histoire...

Dans les années 1990, le Portugal a vu une propagation très préoccupante du VIH et des taux de mortalité parmi les personnes usagères de drogues. Un large pourcentage de prisonniers étaient incarcérés pour délits de drogues sans que cela n'endigues les problèmes de santé liés à la consommation. À cette époque, toute famille connaissait au moins une personne usagère de drogues séropositive ou ayant souffert d'une overdose. La population demandait des résultats, et surtout un changement politique : clairement, la prohibition ne fonctionnait pas.

Face à la crise, une commission d'experts de différentes couleurs politiques a été consultée, afin de rédiger une nouvelle stratégie nationale en matière de drogues. Approuvé en avril 1999, le document appelait à une approche fondée sur l'humanisme, le pragmatisme, l'innovation et l'importance de se centrer sur des preuves scientifiques. Au cœur de cette stratégie : la décriminalisation de toutes les drogues.

Comment la décriminalisation fonctionne-t-elle ?

Le modèle de décriminalisation a été officiellement adopté en 2001 avec la loi 30/2000. En parallèle, le gouvernement portugais a investi des ressources considérables dans les services de réduction des risques et de traitement.

La nouvelle loi a introduit un système administratif complexe reposant sur des « Commissions pour la dissuasion des addictions à la drogue » chargées de rencontrer toute personne interpellée par la police en possession d'une certaine quantité de drogues, fixée à 10 jours de consommation. Chaque commission est composée de trois personnes : un travailleur social, un professionnel de santé et un avocat, soutenus par une équipe technique.

Les commissions ont la possibilité d'orienter la personne vers des services de réduction des risques, de traitement et d'assistance sociale. Elles peuvent aussi imposer des sanctions administratives telles que des amendes, la nécessité de se présenter régulièrement à un hôpital ou un commissariat de police ou d'effectuer un travail communautaire. La décision est prise au cas par cas.

Pourquoi une telle renommée ?

Le modèle de décriminalisation portugais est sans doute l'un des plus connus au monde. Pourtant, ce n'est pas le premier pays à avoir adopté une telle approche (les Pays-Bas ont décriminalisé toutes les drogues dès 1976), ni le seul à l'avoir fait : plus de 50 juridictions dans 30 pays à travers le monde ont adopté un tel modèle. Pourquoi, alors, une telle renommée ?

Cela peut être expliqué par le fait que le modèle portugais est unique en son genre dans sa complexité et sa volonté de répondre aux problèmes liés à la drogue avec une approche sanitaire et sociale, au cas par cas.

Le gouvernement portugais a par ailleurs subi de nombreuses pressions diplomatiques suite à la réforme, tant par le système onusien (en particulier l'Organe international de contrôle des stupéfiants qui a depuis revu sa copie et explicitement soutenu la politique portugaise) que par d'autres gouvernements. Cette situation a poussé le Portugal à se lancer dans un effort d'éducation à l'échelle mondiale, afin d'apaiser les craintes liées à sa politique de décriminalisation, mais aussi pour démontrer les nombreux bénéfices d'une telle approche. De nombreux pays ont d'ailleurs étudié de près la politique portugaise, organisant des visites d'étude et des réunions avec l'agence sur les addictions du pays et des membres des commissions de dissuasion, notamment la Norvège, l'Irlande, la France et la Malaisie, parmi beaucoup d'autres.

Quels ont été les résultats ?

L'une des plus grandes craintes émises par les critiques du modèle portugais était que la décriminalisation allait conduire à

une explosion des niveaux de consommation de drogues et à un afflux de touristes visitant le Portugal dans le seul but de consommer. Les données rapportées par l'Observatoire européen des drogues et des toxicomanies (OEDT) ont clairement démontré que ces craintes ne s'étaient pas matérialisées. La consommation de drogues n'a ni fortement augmenté, ni fortement diminué depuis 2001, restant en dessous de la moyenne européenne.

Par ailleurs, le fort investissement dans les services de réduction des risques, de traitement et d'assistance sociale auxquels les personnes usagères de drogues pouvaient enfin accéder sans crainte d'être incarcérées, discriminées ou stigmatisées, ont eu un effet radical sur la santé. En effet, le nombre de décès liés à la consommation de drogues au Portugal reste bien en dessous de la moyenne européenne, à 6 décès par million de personnes âgées de 15 à 64 ans comparé à 23,7 par million en 2019.

Enfin, la décriminalisation a permis de réduire considérablement le nombre de personnes en contact avec le système de justice pénale, selon l'indice mondial sur les politiques des drogues publié en novembre 2021. En effet, alors que plus de 40 % des personnes condamnées étaient en prison pour délit de drogues en 2001, seules 15,7 % l'étaient en 2019, un chiffre bien en dessous de la moyenne européenne et mondiale.

Et pourtant...

Et pourtant, le modèle portugais de décriminalisation est imparfait et critiqué. Ce modèle reste tout d'abord ancré dans une approche prohibitionniste à l'égard des drogues et donc bien que les personnes consommatrices ne soient plus criminalisées, la consommation reste illégale, les commissions peuvent imposer des sanctions et le système reste relativement intrusif dans la vie des consommateurs, la substance est confisquée (une sanction en elle-même) et cette substance continue d'être achetée sur le marché noir, où

aucun contrôle de qualité du produit ne peut être effectué.

De plus, bien que les personnes consommatrices ne soient plus considérées comme des « criminels », elles sont libellées comme étant « malades ». Cela reste problématique et stigmatisant, car toute personne consommatrice de drogues n'est pas forcément dépendante et n'a pas nécessairement besoin d'une intervention médicale. Certaines critiques ont aussi été émises à l'égard des seuils de quantité établis au Portugal pour définir si la possession de drogues est pour usage personnel ou pour vendre à profit. Ces seuils ont été décrits par certaines personnes consommatrices portugaises comme étant « inadéquats » et « trop bas ».

Par ailleurs, même si les relations avec la police se sont largement améliorées suite à la décriminalisation, les personnes usagères de drogues, en particulier les plus pauvres, restent victimes de violences policières fréquentes.

Enfin, même si le Portugal continue d'investir dans les services de réduction des risques et de traitement, le pays a eu des difficultés à s'adapter aux nouveaux modes/types de consommation de drogues et donc certaines interventions telles que les salles de consommation à moindre risque ou les services d'analyse des drogues sont souvent indisponibles. Le Portugal est enfin à la traîne dans la mise à disposition de services adaptés aux femmes et à la communauté LGBTQ+.

Leçons et un œil vers le futur

Malgré les divers problèmes liés aux modèles de décriminalisation portugais, celui-ci reste l'un des plus connus et, il est important de le reconnaître, l'un des modèles les plus positifs, en comparaison à d'autres pays. En effet, bien que 30 pays aient décriminalisé la consommation et la possession de (certaines) drogues pour usage personnel, ces politiques restent souvent incomplètes (beaucoup ne ciblent que le cannabis) et très punitives.

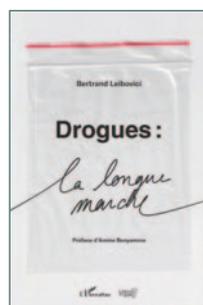
Plusieurs leçons, donc, peuvent être tirées de la politique portugaise de décriminalisation.

Premièrement, le Portugal a été l'un des premiers pays à spécifier explicitement que sa politique des drogues ne visait plus à réduire les niveaux de consommation, mais à gérer les problèmes connexes : niveaux d'infection du VIH, de l'hépatite C, de décès liés aux overdoses, etc. Cela a permis au gouvernement d'adopter une réponse pragmatique et fondée sur les droits humains.

Deuxièmement, malgré les critiques, le modèle portugais fonctionne parce que les commissions de dissuasion imposent très rarement des sanctions et cherchent plutôt à soutenir et accompagner les personnes consommatrices. Si les commissions imposaient systématiquement des amendes ou autres sanctions, il est fort possible que le modèle eût été beaucoup moins efficace et respectueux des droits humains. Enfin, le succès de la décriminalisation au Portugal est largement dû aux investissements soutenus dans les services de réduction des risques et de traitement.

Alors que de plus en plus d'États se tournent vers la décriminalisation, il est essentiel de revenir à l'objectif de base de la décriminalisation : c'est-à-dire d'arrêter de criminaliser et de sanctionner les personnes pour simple usage de drogues. Il est grand temps d'établir des modèles de décriminalisation qui n'imposent plus aucune sanction, qui ciblent toutes les drogues (et pas uniquement le cannabis), qui offrent un soutien tant médical que social, au cas par cas et sur la base du volontariat, et qui soient le moins intrusif possible dans la vie des personnes usagères de drogues.

Enfin, la décriminalisation ne réglera pas tous les problèmes liés à la criminalisation et au marché noir. Il est donc urgent de considérer sérieusement une politique de réglementation légale et responsable des substances, qui soit fondée sur la santé, la qualité du produit les droits humains, la justice sociale et l'égalité des sexes. ●



▲ BERTRAND LEIBOVICI | **DROGUES : LA LONGUE MARCHÉ**
Éditeur : Editions L'Harmattan – Broché : 304 pages

◀ Alors que le trafic des drogues illicites s'est mondialisé, jamais l'humanité n'a semblé aussi avide de substances interdites. La prohibition, née au début du XX^e siècle, accumule désormais les échecs : le consensus s'est fracturé. Le mouvement pour la légalisation du cannabis, en Amérique du Nord comme du Sud, en est un exemple frappant. Tout comme la redécouverte des propriétés thérapeutiques des psychédéliques. D'autres événements comme la crise états-unienne des opioïdes qui a provoqué des centaines de milliers de décès depuis vingt ans ou les politiques meurtrières mises en place dans plusieurs pays d'Asie pour lutter contre la consommation d'amphétamines viennent ajouter à la confusion. En 1859, l'année où John Stuart-Mill publiait *De la liberté* et où Albert Niemann isolait la cocaïne, Karl Marx écrivait : « L'humanité ne se pose jamais que les problèmes qu'elle peut résoudre ». L'humanité a désormais l'expérience historique tout comme les ressources intellectuelles et techniques pour résoudre ce que l'ONU appelle « le problème mondial de la drogue ». Avec pour guides la santé et la sécurité publiques, le développement durable et les droits des êtres humains. C'est une tâche urgente car, en matière de drogues, il faut presque tout reconstruire.

LIRE UTILE ●

AGENDA

RESPADD

**27^{es} Rencontres du RESPADD**
« ADDICTIONS
ET TECHNOLOGIES »
1^{er} et 2 juin 2023, Nancy

En collaboration avec le Centre d'Expertise et de
Collaboration en Troubles Concomitants du Québec,
du Centre hospitalier universitaire de Montréal et du
Centre psychothérapeutique de Laxou.
www.respadd.org

**17^e édition du Congrès
de l'Albatros**
6 au 8 juin 2023, Paris
<https://congresalbatros.org/>**12^e congrès de la Fédération Addiction**
« ADDICTIONS : DES TERRITOIRES ET ESPACES SANS LIMITES ? »
15 et 16 juin 2023, Orléans
<https://www.federationaddiction.fr/agenda/rencontres/congres-2023-a-orleans-save-the-date/>

LIRE UTILE



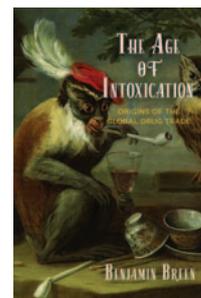
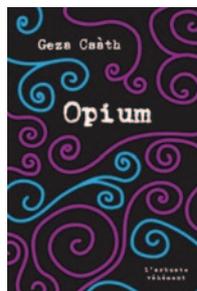
▲ JEAN-PIERRE FILIU
**STUPÉFIANT
MOYEN-ORIENT: UNE
HISTOIRE DE DROGUE,
DE POUVOIR ET DE
SOCIÉTÉ**
Éditeur : SEUIL
broché : 224 pages

◀ La révélation de scandales liés aux stupéfiants alimente régulièrement l'actualité moyen-orientale. Mais sait-on que l'addiction de masse qui frappe l'Iran moderne trouve sa source dans une dépendance à l'opium diffusée depuis un demi-millénaire au sein de la société persane ?
Que la position hégémonique sur le marché de l'héroïne qu'occupe aujourd'hui l'Afghanistan se fonde sur le choix d'un souverain modernisateur de développer, au début du siècle dernier, la culture du pavot ?
Que le régime Assad, bien avant de devenir le principal producteur mondial de captivant, a longtemps joué un rôle névralgique dans les réseaux mondiaux d'héroïne, à partir des raffineries installées sous son contrôle au Liban ?
Au-delà de la mise en perspective d'une actualité brûlante, et loin des clichés culturalistes, l'ambition de ce livre est de remonter la trame historique du Moyen-Orient sous l'angle de la production et de la consommation des stupéfiants. Un fascinant voyage à travers les siècles, de l'Antiquité jusqu'à l'époque contemporaine, en passant par les Abbassides et les Mamelouks, l'empire ottoman, ou encore l'expédition d'Égypte, avec pour guide l'un des meilleurs spécialistes de la région.
Une histoire de pouvoir et de société qui confirme, sur la longue durée, que « plus la répression est dure et plus les drogues le sont ». Une leçon à méditer.

GÉZA CSÁTH | OPIUM ▶

Éditeur : L'arbre vengeur – Broché : 234 pages

▶ Longtemps proscrit dans son pays, le Hongrois Géza Csáth fut psychiatre et parmi les premiers à s'intéresser à la psychanalyse. Artiste complet, engagé dans une poursuite de la « vérité absolue », il céda aux vertiges de la morphine. Ses textes, peu nombreux, sont imprégnés tantôt d'une poésie onirique, tantôt d'un réalisme exacerbé, et exposent avec une impitoyable précision les tourments intimes, les fantasmes secrets et les terreurs indicibles de l'humain. Explorateur hardi de l'âme, il sait susciter une peur du gouffre qu'il parvient parfois à apaiser.



◀ BENJAMIN BREEN
**THE AGE OF
INTOXICATION:
ORIGINS OF THE
GLOBAL DRUG TRADE**
Éditeur : University of
Pennsylvania Press
Broché : 288 pages

▲ Eating the flesh of an Egyptian mummy prevents the plague. Distilled poppies reduce melancholy. A Turkish drink called coffee increases alertness. Tobacco cures cancer. Such beliefs circulated in the seventeenth and eighteenth centuries, an era when the term 'drug' encompassed everything from herbs and spices like nutmeg, cinnamon, and chamomile to such deadly poisons as lead, mercury, and arsenic. In *The Age of Intoxication*, Benjamin Breen offers a window into a time when drugs were not yet separated into categories illicit and licit, recreational and medicinal, modern and traditional and there was no barrier between the drug dealer and the pharmacist. Focusing on the Portuguese colonies in Brazil and Angola and on the imperial capital of Lisbon, Breen examines the process by which novel drugs were located, commodified, and consumed. He then turns his attention to the British Empire, arguing that it owed much of its success in this period to its usurpation of the Portuguese drug networks. From the sickly sweet tobacco that helped finance the Atlantic slave trade to the cannabis that an East Indies merchant sold to the natural philosopher Robert Hooke in one of the earliest European coffeehouses, Breen shows how drugs have been entangled with science and empire from the very beginning. Featuring numerous illuminating anecdotes and a cast of characters that includes merchants, slaves, shamans, prophets, inquisitors, and alchemists, *The Age of Intoxication* rethinks a history of drugs and the early drug trade that has too often been framed as opposites between medicinal and recreational, legal and illegal, good and evil. Breen argues that, in order to guide drug policy toward a fairer and more informed course, we first need to understand who and what set the global drug trade in motion.

RESPADD
RÉSEAU DE
PRÉVENTION
DES ADDICTIONS

RESPADD
Réseau de prévention
des addictions
contact@respadd.org
www.respadd.org

La Lettre du RESPADD

Bulletin trimestriel du RESPADD | Janvier 2023 - N° 44
96 rue Didot – 75014 Paris – Tél : 01 40 44 50 26
ISSN 2105-3820 (imprimé) – ISSN 2739-1906 (en ligne)

Directeur de Publication : Amine Benyamina – Directeur de Rédaction : Nicolas Bonnet
Comité de rédaction : Nicolas Bonnet et Marianne Hochet – Secrétaire : Maria Baraud
Ont collaboré à ce numéro : Myriam Arsalane, Mickaël Naassila, Marie Nougier

Bernard Artal Graphisme – Imprimerie Peau – Tirage : 3 000 exemplaires
© Textes et visuels : Respadd 2023 - Illustration édito : © ngupakarti – 123RF