

## LA SURCONSOMMATION D'ALCOOL ET DE DROGUES CHEZ LES JEUNES DE 12 À 17 ANS : DES INTERVENTIONS INFIRMIÈRES BASÉES SUR LA THÉORIE DU COMPORTEMENT PLANIFIÉ

*Sophie Peret-Couture, infirmière et étudiante au baccalauréat en sciences infirmières, 2019*

### AMPLEUR DU PROBLÈME

Une étude faite auprès de 63 000 jeunes du secondaire rapporte que plus du quart des élèves (27%) ont fait usage de drogues au cours de leur vie (ISQ, 2016). Concernant l'alcool, selon Éduc'Alcool (2009), parmi les élèves québécois du secondaire qui disent avoir consommé de l'alcool dans les 12 derniers mois, 67,4% des garçons et 64,6% des filles ont pris 5 verres ou plus ce qui correspond à une consommation excessive.



Image du domaine public. Repérée à Pixabay.com

### CONSÉQUENCES DE DROGUE

La surconsommation de drogues peut causer des convulsions, de l'anxiété, de la confusion, des hallucinations, de l'instabilité émotionnelle, une psychose et peut mener à la mort (Gouvernement du Québec, 2017).

### CONSÉQUENCES DE L'ALCOOL

La surconsommation d'alcool peut mener à un temps de réaction ralenti, à une perte de mémoire à court et moyen terme, à une déshydratation, à des vomissements, à des arythmies cardiaques, à un coma éthylique et même jusqu'à la mort (Éduc'Alcool, 2007).

### CAUSES

Les causes de la consommation de drogues et d'alcool sont similaires. La vaste majorité des adolescents consomment de l'alcool pour des raisons sociales et leurs principales motivations sont d'être ensemble, de s'amuser et de se conformer à la pression du groupe (Éduc'Alcool, 2009).



Image du domaine public. Repérée à Pixabay.com

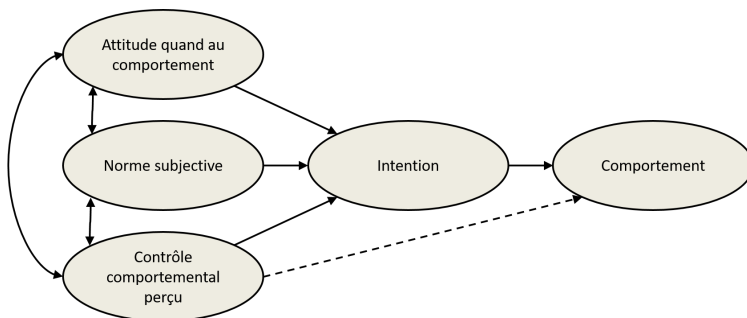
Il est primordial de bien outiller les jeunes afin qu'ils diminuent leur consommation d'alcool et de drogues.

### INTERVENTIONS INFIRMIÈRES ET THÉORIE DU COMPORTEMENT PLANIFIÉ:

Une étude publiée en 2009 par le Centre national de prévention du crime mentionne que les approches les plus efficaces pour réduire l'usage d'alcool et de drogues incluent l'apprentissage permettant aux jeunes d'acquérir des aptitudes leur permettant de résister aux pressions sociales. Ces actions fonctionnent, car elles considèrent que les actions du jeune sont influencées par le contexte social, par des besoins biologiques et affectifs, par des pressions réelles ou imaginaires exercées par les pairs (Centre national de prévention du crime, 2009).

Les interventions infirmières doivent se baser sur des modèles théoriques reconnus pour en accroître l'efficacité. Le modèle théorique du comportement planifié d'Azjen et Fishben (1985) est pertinent lorsqu'on aborde le sujet de surconsommation d'alcool et de drogues chez les jeunes. Ce modèle (figure 1) incite à tenir compte des croyances comportementales, de la norme sociale et de l'efficacité personnelle pour favoriser l'adoption d'un comportement sain, car elle influence l'intention. Ici, le comportement visé est de limiter sa consommation ou de s'abstenir de consommer de l'alcool ou de la drogue.

Figure 1 : Théorie du comportement planifié



Source : La théorie du comportement planifié d'après Azjen, YvesRoy, figure sous licence [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Repérée à [fr.wikipedia.org](https://fr.wikipedia.org)

**L'attitude quant au comportement** se réfère aux connaissances des jeunes sur le sujet leur évaluation des pour et des contres de l'adoption du comportement. Il peut donc être utile de leur présenter les conséquences de la consommation d'alcool et de drogues afin d'influencer leurs croyances et, par le fait même, leur attitude envers la consommation.

Il est aussi important de faire verbaliser les jeunes sur la pression sociale qu'ils peuvent subir. L'infirmière peut questionner les jeunes sur leur perception du degré d'approbation du comportement par leurs pairs. Cela fait référence à la **norme subjective**.

La **perception du contrôle comportemental** est le degré de facilité ou de difficulté avec lequel un comportement est adopté. L'infirmière pourrait demander aux jeunes de créer une phrase clé pour renoncer à l'alcool ou la drogue. L'infirmière doit tenir compte que chaque jeune est à un stade de changement différent.

## AUTRES RESSOURCES

D'autres ressources sont disponibles pour les jeunes telles que :

- Tel-Jeune. Disponible 24h sur 24, 7 jours sur 7 au numéro suivant : 1-800-263-2266. <https://www.teljeunes.com/Accueil>
- Maison des Jeunes. Ce site permet de trouver une maison des jeunes proche de chez vous. <https://rmjq.org/liste/>



Image du domaine public. Repérée à [Pixabay.com](https://www.pixabay.com)

## RÉFÉRENCES

Éduc'Alcool. (2009). Les effets de la consommation précoce d'alcool : causes et conséquences de la surconsommation à l'adolescence. Repéré à : [http://educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool\\_et\\_Sante\\_8.pdf](http://educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool_et_Sante_8.pdf)

Éduc'Alcool. (2007). Les effets de la consommation abusive d'alcool. Repéré à : [http://educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool\\_et\\_sante\\_4.pdf](http://educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool_et_sante_4.pdf)

Centre National de prévention du crime. (2009). La prévention de l'abus de drogues en milieu scolaire : des programmes prometteurs et efficaces. Ottawa, Ontario, Canada : Santé publique Canada. Repéré à : <https://www.securitepublique.gc.ca/cnt/rsrscs/pblctns/sclbsd-drgbs/sclbsd-drgbs-fra.pdf>

Gouvernement du Québec. (2017). Problèmes liés à la consommation d'alcool ou de drogues. Repéré à : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/alcool-drogues-jeu/problemes-lies-a-la-consommation/>

Institut de la statistique du Québec. (2016). Faits saillants de l'enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Québec, Qc : Gouvernement du Québec. Repéré à : [http://www.eqsj.stat.gouv.qc.ca/enquete-2016-2017/eqsjs\\_faits-saillants-FR\\_web.pdf](http://www.eqsj.stat.gouv.qc.ca/enquete-2016-2017/eqsjs_faits-saillants-FR_web.pdf)