

### Fiche 3. USAGE NOCIF ET DEPENDANCE

Dans la consommation de substances psychoactives, 3 types de comportements sont différenciés : l'usage simple, l'abus ou usage nocif, et la dépendance. Leur définition ne fait pas référence au caractère licite ou illicite des produits consommés et leur discrimination est nécessaire à la mise en place de la réponse sanitaire

- **L'usage simple** du cannabis est caractérisé par une consommation n'entraînant aucun dommage. Il ne peut donc pas être considéré comme une pathologie nécessitant des soins. Mais un usage simple de cannabis peut devenir à risque dans des circonstances particulières comme celles nécessitant une bonne maîtrise psychomotrice (la conduite automobile, la conduite d'engins), ou lors de certains contextes (une consommation avant 15 ans, une consommation associée, une recherche d'excès, un usage auto thérapeutique), et lors de la grossesse. Les seules complications de l'usage simple de cannabis, sont d'ordre pénal ou social.
  
- **L'usage nocif** de cannabis est caractérisé par des dommages dans les domaines somatiques, psycho-affectifs ou sociaux plus volontiers lorsqu'il s'agit d'une consommation intensive et/ou répétée.
  - Une consommation aiguë provoque des dommages de deux ordres :
    - troubles du comportement : ivresse cannabique, délire, anxiété, agressivité et des troubles des habiletés
    - accidents de la circulation (fréquence X 1,8 du risque d'accident mortel).
  
  - La consommation régulière de cannabis provoque des dommages de 3 ordres :
    - des dommages somatiques : respiratoires (bronchite, emphysème), cardiovasculaires, immunitaires, cancer. Ils se cumulent avec ceux du tabac.
    - des dommages psychologiques et psychiatriques : altération cognitive, relationnelle, de l'attention et de la mémoire, syndrome amotivationnel, états délirants rares.
    - des dommages sociaux : une difficulté d'insertion sociale et scolaire, des problèmes judiciaires possibles.
  
- **La dépendance au cannabis est caractérisée par** de nombreux symptômes dont une impossibilité de s'arrêter de consommer, une négligence des activités habituelles et des relations, une désinsertion **et une possible manifestation de sevrage à l'arrêt**. Elle concerne entre 5 et 10 % des consommateurs réguliers, le double chez les adolescents (Rapport INSERM). La dépendance est liée à de nombreux facteurs : le type de produit, la vulnérabilité du consommateur et le contexte de la consommation. Elle se manifeste essentiellement par un phénomène de tolérance et la survenue d'un syndrome de sevrage à l'arrêt, ce qui en fait sa singularité. Les signes de sevrage surviennent avec une grande variabilité de quelques heures à quelques jours après la dernière prise, pour s'intensifier pendant 1 à 2 jours et disparaître en 3 à 5 jours. Ces signes, souvent frustrés, se caractérisent par une anxiété vive avec irritabilité, agitation, insomnie, anorexie, et une altération transitoire de l'état général. L'ensemble évoque les signes de sevrage observés au décours d'un usage prolongé de benzodiazépines.