



PANORAMA SUISSE DES ADDICTIONS 2019

Quelles sont les **tendances actuelles de la consommation** d'alcool, de tabac et de drogues illicites en Suisse? Quels sont les **problèmes** qui se manifestent avec l'abus de médicaments, les jeux d'argent et l'hyperconnectivité?

Ce dossier médias annuel répond à ces questions, présente des faits et des chiffres, tisse des liens et offre une analyse de situation complète. Il aborde des domaines spécifiques (alcool, drogues illicites, etc.) mais offre aussi une vue d'ensemble qui pose un regard critique sur le rôle de la politique.

RENSEIGNEMENTS

Secrétariat médias

medias@addictionsuisse.ch

Tél. 021 321 29 85

Addiction Suisse

Av. Louis-Ruchonnet 14

Case postale 870

CH-1001 Lausanne

Tel. 021 321 29 11

Fax 021 321 29 40

CCP 10-261-7

www.addictionsuisse.ch

CONTENU

Communiqué de presse:

Marchés et addictions : un besoin de meilleures connaissances mais surtout de davantage de courage

Informations sur les thèmes suivants:

| | Page |
|---------------------|------|
| • Alcool | 5 |
| • Tabac | 9 |
| • Drogues illicites | 13 |
| • Médicaments | 17 |
| • Jeux d'argent | 21 |
| • Internet | 24 |



MARCHÉS ET ADDICTIONS : UN BESOIN DE MEILLEURES CONNAISSANCES MAIS SURTOUT D'AVANTAGE DE COURAGE

Avec sa réglementation libérale et son pouvoir d'achat élevé, la Suisse offre des conditions idéales pour la vente et la consommation de substances psychoactives. Leurs marchés sont complexes et fonctionnent selon différents cadres légaux. Il faut de solides connaissances pour les comprendre et du courage pour les réguler. Les politiciens, les acteurs de la santé publique et les autorités devraient aujourd'hui s'intéresser davantage à la dynamique de ces marchés. Addiction Suisse porte son regard sur cette question.

Quelles sont les répercussions de la consommation d'alcool, de tabac et de drogues illégales ou encore des jeux d'argent sur la société ? Pour tenter de répondre à cette question, il est indispensable de tenir compte du mode de fonctionnement des marchés. Les interactions entre l'offre et la demande sont complexes, tout comme les marchés eux-mêmes. Leur taille, la palette de produits offerts, le statut légal de ceux-ci, ainsi que les caractéristiques et les intérêts des acteurs sont importants. Il faut ainsi de solides connaissances pour comprendre les différents marchés et leur dynamique, mais aussi du courage pour affronter les problèmes liés aux substances psychoactives.

Jusqu'ici, pratiquement personne ne s'était intéressé aux caractéristiques des marchés des drogues illégales. Les professionnels de la santé se concentrent avant tout sur les consommateurs et consommatrices, la justice et police sur la saisie des produits. Avec un projet en trois volets sur l'héroïne, la cocaïne et le cannabis, Addiction Suisse a choisi une nouvelle approche en collaboration avec des équipes du CHUV et de l'Université de Lausanne. Son objectif : approfondir les connaissances du fonctionnement des marchés pour rendre plus factuel les débats souvent émotionnels liés à la politique des drogues.

Et qu'en est-il des produits légaux ? Dans ce domaine, la politique de la santé tient encore peu compte du jeu de l'offre et de la demande. Le Panorama des addictions que nous vous présentons ici vise à susciter la discussion et à attirer l'attention sur l'ampleur des conséquences négatives de la consommation de substances psychoactives ; il brosse un tableau des tendances les plus récentes en matière de consommation, de recherche et de politique et montre des solutions possibles pour l'avenir.

Des substances partout, en tout temps et pour trois fois rien

Alcool, cigarettes et autres produits contenant de la nicotine, jeux d'argent, drogues illégales... On peut rapidement et facilement se procurer tout cela dans les villes. Les substances illicites sont omniprésentes et bon marché. Quant aux produits légaux, on peut les acheter 24 heures sur 24 presque à chaque coin de rue, dans les commerces, les stations-services, les automates, les kiosques, les casinos mais aussi sur internet. Ces marchés brassent des milliards de francs.



Alcool : un marché toujours aussi juteux

Chaque année, 4,6 millions d'hectolitres de bière sont produits pour le marché helvétique, ce qui représente près du double de la production du début des années 1980. À cela s'ajoutent 2,7 millions d'hectolitres de vin et 307 000 hectolitres de spiritueux, surtout importés. Les ventes de spiritueux ont légèrement augmenté depuis 1991. Le marché profite depuis plusieurs dizaines d'années d'une réglementation particulièrement libérale. L'abrogation de l'interdiction de vendre de l'alcool sur les axes d'autoroutes est révélatrice à cet égard.

Tabac : un marché en pleine mutation

En 2017, 9,6 milliards de cigarettes ont été vendues. Ce chiffre avait passé sous la barre des dix milliards pour la première fois en 2015. Cela représente toujours environ 56 paquets par habitant. Le marché de la nicotine est en pleine mutation. Les consommateurs et consommatrices sont à la recherche d'alternatives moins nocives, ce qui explique l'essor du marché du vapotage. Un nouveau venu, Juul, a récemment fait son entrée sur le marché suisse avec une nouvelle génération d'e-cigarettes ; on ignore toutefois encore l'impact que cette arrivée va avoir. Les produits sans combustion ont eux aussi le vent en poupe et la nouvelle loi sur les produits du tabac prévoit désormais l'autorisation du snus (tabac à sucer).

Drogues illégales : des marchés dotés de leurs propres structures

Les marchés des drogues illégales suivent chacun une logique qui leur est propre. La cocaïne représente la plus grande part du marché des stimulants, avec un volume de consommation annuel estimé à environ cinq tonnes de produit coupé. L'offre est importante et les prix sont plutôt bas. Ce sont notamment des réseaux flexibles et solidaires de trafiquants d'Afrique de l'Ouest qui écoulent la marchandise, souvent coupée avec d'autres substances. On estime qu'un peu plus de 80 % des consommateurs et consommatrices sniffent uniquement de la cocaïne certains week-ends. Ensemble, ils ne consomment toutefois que 20 % environ du volume total.

En Suisse, l'héroïne est importée, coupée, distribuée et vendue essentiellement par des groupes albanophones. La quantité d'héroïne coupée en circulation sur le marché helvétique est estimée à 1,8 à 2,5 tonnes par an. La plus grande part est consommée par des usagers réguliers. Les prix sont beaucoup plus bas qu'il y a 20 ans. Contrairement à la cocaïne, l'héroïne est ensuite souvent revendue par les consommateurs et consommatrices, ce qui permet de financer leur consommation.

Le cannabis qui ne « pète » pas

Le marché des produits du CBD (cannabidiol, ou cannabis légal) illustre de manière exemplaire l'énergie et la dynamique des marchés, avec une multitude de nouveaux protagonistes dans la phase initiale. Addiction Suisse a récemment publié la première étude permettant de mieux comprendre les consommateurs et consommatrices de ce type de cannabis. Beaucoup se tournent vers le CBD pour atténuer des problèmes de santé ou cherchent une alternative à la consommation de cannabis illégal. Reste à savoir à quelle taille le marché du CBD va se stabiliser.



Jeux d'argent : un exemple révélateur du pouvoir du marché

Ce n'est un mystère pour personne : les jeux d'argent brassent une quantité phénoménale d'argent. Les joueurs et joueuses en font pourtant les frais. Le produit brut des jeux et donc les pertes des personnes qui jouent, se monte à 1,6 milliard de francs. Selon les sociétés de loterie, ces pertes ont dans l'ensemble légèrement augmenté entre 2007 et 2017, mais elles ont diminué dans les casinos. Le marché est extrêmement dynamique et propose sans cesse de nouvelles formes de jeux (en ligne) pour fidéliser de nouveaux groupes de consommateurs et consommatrices. Avec la nouvelle loi sur les jeux d'argent, les casinos peuvent désormais aussi proposer leurs jeux en ligne.

Médicaments : des milliards en jeu

Des milliards sont également en jeu dans le domaine des médicaments, comme le laissent entrevoir les montants versés par l'industrie pharmaceutique aux médecins, hôpitaux ou universités. En 2017, ces versements atteignaient 162,5 millions de francs selon la statistique d'une association de la branche. Même si on observe des fluctuations dans les différentes catégories, le total des ventes de médicaments pouvant engendrer une dépendance n'a pas beaucoup évolué entre 1996 et 2017.

Ce Panorama se concentre sur l'abus de médicaments. Un débat public est souhaitable dans ce domaine, où la question des coûts joue probablement aussi un rôle.

De solides connaissances sont nécessaires, mais aussi du courage

Les substances psychoactives et les jeux d'argent entraînent chaque année plus de 11 000 décès et des coûts sociaux supérieurs à 14 milliards de francs. Le débat politique sur la gestion publique des substances psychoactives part dans tous les sens ; pour ce qui est de la régulation du cannabis, il tourne souvent en rond. S'agissant des produits légaux – alcool, tabac ou jeux d'argent – les fabricants et opérateurs font pression au parlement et auprès du Conseil fédéral et combattent avec succès les restrictions imposées au marché. Les professionnels de la santé, pour leur part, font valoir qu'une prévention efficace ne coûte pas cher. Ils réclament des mesures courageuses telles que l'interdiction de produits à très bas prix, des limitations de la publicité et une restriction des horaires de vente.

Qui dit marché libre dit risques

La recherche le montre : un marché peu régulé, qu'il soit légal ou illégal, augmente le risque de problèmes d'addiction. La France donne aujourd'hui l'exemple dans le domaine du tabac : hausse du prix des cigarettes, paquets neutres, soutien à l'arrêt. De nombreux indices suggèrent que cette politique porte ses fruits en matière de santé publique. Pour les professionnels, une chose est donc claire : s'agissant des substances psychoactives, les marchés peu régulés donnent lieu à des problèmes évitables et dont les coûts doivent malheureusement être portés par toutes et tous.

La Fondation Addiction Suisse est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage pour une politique de santé. Le but de la fondation est de prévenir ou d'atténuer les problèmes issus de la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou liés aux jeux de hasard et à l'usage de l'internet. Les prestations d'Addiction Suisse sont possibles grâce à vos dons réguliers d'argent.

Faits et chiffres : <https://faits-chiffres.addictionsuisse.ch/>



ALCOOL

CONSOMMATION D'ALCOOL : LA FÊTE CONTINUE...

Dans le domaine de l'alcool, les résultats de la dernière Enquête suisse sur la santé (2017) sont inquiétants. L'augmentation de la consommation épisodique à risque par rapport à 2007 suscite notamment l'inquiétude des spécialistes, une inquiétude que le monde politique ne semble toutefois pas partager. En 2018, la Stratégie nationale Addictions a mis un accent particulier sur l'égalité des chances en matière de santé, de nouveaux chiffres et faits venant alimenter le débat. Pour Addiction Suisse, les choses sont claires : restreindre l'accès à l'alcool, disponible aujourd'hui partout et en tout temps à bas prix, permettrait de réduire la consommation problématique.

Quand la consommation devient problématique

En 2018, différentes études ont cherché à définir quand et à partir de quelle quantité l'alcool devient un facteur de risque et si les personnes qui présentent une consommation problématique bénéficient de conseils ou de traitements.

La [Commission fédérale pour les problèmes liés à l'alcool](#) (CFAL) a revu à la baisse ses repères pour une consommation d'alcool à faible risque sur la base des connaissances scientifiques les plus récentes. Selon ces nouvelles recommandations, les hommes adultes en bonne santé ne devraient pas boire plus de deux verres standard de boissons alcooliques par jour et les femmes pas plus d'un verre. Il est aussi recommandé de ne pas boire d'alcool pendant plusieurs jours par semaine. Ces recommandations se fondent sur la [littérature scientifique internationale](#) qui a analysé les dommages liés à la consommation d'alcool dans 195 pays et régions.

La [part des personnes qui consomment de l'alcool](#) est restée globalement stable au cours des 20 à 25 dernières années. La hausse dans la tranche d'âge des 15 à 19 ans depuis 1992 a pu être stoppée ces cinq dernières années et la consommation est plutôt en recul actuellement. Contrairement à la consommation moyenne, la consommation épisodique à risque, ou ivresse ponctuelle, a nettement augmenté au cours des deux dernières décennies pour se stabiliser à un niveau élevé ces dernières années. Comme le montre la dernière [Enquête suisse sur la santé](#), réalisée en 2017, ce mode de consommation est largement répandu et est devenu plus fréquent tant chez les femmes que chez les hommes entre 2007 et 2017.

L'égalité des chances, un thème central dans le débat sur la santé

Sur mandat de la Confédération, Addiction Suisse a cherché à savoir si les personnes qui présentent une consommation problématique d'alcool bénéficient d'une prise en charge, que ce soit au niveau du conseil ou du traitement. Quelques-uns des [résultats](#) permettent d'apporter de nouveaux faits et de faire avancer le débat sur l'égalité des chances en matière d'accès aux prestations.



En ce qui concerne la consommation problématique d'alcool, on distingue deux pics d'âge au sein de la population générale. Le premier se situe entre 20 et 24 ans environ, alors que le second couvre une tranche d'âge relativement large, entre 40 et 74 ans. Les jeunes adultes et les seniors sont toutefois sous-représentés dans le secteur du conseil et du traitement. Il est possible qu'un grand nombre de jeunes considèrent la consommation comme un « péché de jeunesse », alors que chez les seniors, qui ont leur vie professionnelle derrière eux, l'absence de pression pourrait jouer un rôle. L'isolement croissant et l'absence de contrôle social pourraient également constituer une explication.

Les personnes sans formation ou ayant uniquement suivi la scolarité obligatoire sont nettement plus nombreuses dans la population prise en charge que ce que le pourcentage de personnes ayant une consommation élevée au sein de la population générale laisse supposer. On peut présumer que les personnes qui ont un niveau de formation supérieur ont souvent des moyens financiers plus importants qui leur permettent d'avoir recours à des offres privées qui ne figurent pas dans cette statistique. Il se peut également qu'elles dissimulent mieux leur consommation.

Un peu plus d'un tiers des personnes qui suivent un traitement ou utilisent une offre de conseil sont sans activité lucrative. La part des personnes professionnellement actives est ainsi nettement plus faible que ce que la proportion de personnes ayant une consommation élevée au sein de la population générale laisse supposer. Cette différence pourrait notamment être due au fait que les personnes professionnellement actives accèdent aux offres de conseil et de traitement par d'autres voies (cliniques privées, p. ex.) ou que leur souffrance n'est pas suffisante – elles ne sont pas encore au chômage – pour qu'elles envisagent une aide professionnelle.

Alcool et grossesse

[Des évaluations réalisées par Addiction Suisse](#) sur mandat de la Confédération révèlent que, dans notre pays, près de 6 % des femmes enceintes et allaitantes boivent au moins une fois par mois de l'alcool en quantité excessive (quatre verres standard ou plus en une seule occasion). Même si la valeur limite à partir de laquelle la consommation d'alcool entrave le développement de l'enfant n'est pas clairement définie, les dommages peuvent être considérables chez les nouveau-nés. En Europe, environ deux nouveau-nés sur cent naissent avec des séquelles liées à la consommation d'alcool durant la grossesse. Addiction Suisse appelle à soutenir les femmes enceintes dans leurs efforts de renoncer à l'alcool et à ne pas les inciter à boire.

L'alcool, facteur de risque de démence

Selon des études réalisées en [France](#) et en [Angleterre](#), le risque de démence lié à une consommation élevée d'alcool est largement sous-estimé. Les personnes qui boivent régulièrement de l'alcool en grande quantité ont un risque trois fois plus élevé que la moyenne d'être atteintes de démence.

Alcool et médicaments, un dangereux cocktail ?

L'alcool est également un facteur de risque en lien avec l'usage de médicaments. Une [étude](#) réalisée par Addiction Suisse sur mandat de la Confédération arrive à la conclusion qu'un tiers environ des personnes qui consomment des médicaments présentent également une consommation d'alcool à risque. La consommation d'alcool à



risque et/ou la prise fréquente d'alcool et d'antalgiques forts ou de tranquillisants et somnifères est, dans l'ensemble, plus répandue chez les hommes et augmente avec l'âge. Il en résulte des interactions qui peuvent avoir de lourdes conséquences ou des chutes.

Hospitalisations liées à l'alcool

En s'appuyant sur les séjours hospitaliers, une nouvelle évaluation de l'[Observatoire suisse de la santé \(Obsan\)](#) met en évidence l'ampleur de la consommation excessive d'alcool, de médicaments et de drogues par canton de domicile des patientes et patients. On peut partir de l'hypothèse que, dans la plupart des cas, il s'agit d'une hospitalisation liée à l'alcool. On constate que les chiffres sont plus élevés en Suisse romande, ce qui est certainement lié à la prévalence de la consommation. Par ailleurs, il convient de ne pas oublier que ces chiffres ne montrent que la pointe de l'iceberg, de nombreuses maladies sont dues à l'alcool sans qu'il y ait un trouble lié à l'usage.

Une attitude typiquement suisse : priorité au marché

Le [Parlement](#) doit encore se pencher sur la question de l'abrogation de « l'impôt injuste sur la bière » réclamée par Claudio Zanetti (UDC) dans une initiative parlementaire. Cette revendication s'inscrit dans le droit fil de la politique suisse de l'alcool menée ces dernières années. Celle-ci mise fortement sur la dérégulation qui est en contradiction avec la position de l'[Organisation mondiale de la santé \(OMS\)](#) et avec les évolutions dans d'autres pays. L'OMS recommande des impôts sur l'alcool et une politique des prix comme deux des stratégies les plus efficaces pour réduire la consommation à risque et les coûts qui en découlent.

Quelques régions ont reconnu récemment qu'une régulation du marketing de l'alcool par l'Etat est indispensable pour réduire les dommages: en octobre 2018, l'[Irlande](#) a adopté une loi qui fait pour la première fois de l'abus d'alcool une question de santé publique et régleme plus strictement le marketing des boissons alcooliques. L'[Ecosse](#), quant à elle, a introduit des prix minimaux pour les boissons alcooliques en mai 2018, alors que le [Groenland](#) interdit la publicité pour l'alcool depuis le début de l'année.

L'alcool entraîne toujours de nombreux problèmes

En Suisse, 250 000 personnes environ sont [alcoolodépendantes](#) et une sur cinq présente une consommation à risque. Un [décès sur douze](#) est lié à l'alcool, qui est en cause dans un [accident mortel](#) sur six. La dépendance à l'alcool joue un rôle dans environ un [suicide](#) sur cinq. Les [coûts de la consommation d'alcool pour la société](#) sont estimés à un peu plus de 4,2 milliards de francs : la liste des [dommages liés à l'alcool](#) est longue et cache d'immenses souffrances et une perte de qualité de vie pour les personnes touchées et leurs proches.

Rien qu'en Suisse, 100 000 enfants grandissent avec un parent alcoolique. D'où la [semaine d'action « Enfants de parents dépendants »](#) – un mouvement international –, qui se déroulera enfin chez nous du 11 au 17 février. Il est nécessaire de multiplier les actions de ce type, car la consommation problématique d'alcool reste une question de société importante malgré le peu d'attention qu'elle reçoit dans le débat public ces



derniers temps. De nombreux dangers semblent aussi connus, mais ils sont souvent sous-estimés, comme on le voit avec les risques de [cancer](#) ou de démence.

Silence radio sur le plan politique

S'il est réjouissant de constater que la consommation d'alcool par habitant a légèrement reculé ces dernières années – elle s'établissait à [7,8 litres](#) d'alcool pur par personne en 2017 –, les modes de consommation à risque suscitent toutefois l'inquiétude des professionnels de la santé et restent une réalité pour bien trop de gens. En Suisse comme ailleurs, il serait possible de réduire les problèmes liés à l'alcool si la volonté politique ne faisait pas défaut. Agir sur les prix, restreindre la publicité, les ventes et la remise sont autant de mesures dont l'efficacité a été démontrée et qui touchent de larges groupes de population. Elles augmentent en même temps les chances pour tous d'avoir une consommation moins risquée (voir également à ce propos les [recommandations de l'OMS](#)).

Pour enrayer les problèmes liés à l'alcool, la prévention la plus efficace est celle qui combine différentes mesures qui s'adressent aux groupes à risque afin de renforcer leurs ressources et de diminuer les comportements à risque.

ALCOOL

Estimation du nombre de personnes dépendantes (2007)



**250'000 personnes
alcoolo-dépendantes**

Source: Kuendig, 2010



TABAC

TABAC ET NOUVEAUX PRODUITS : LA SUISSE RESTE LE PARADIS DE LA NICOTINE

En Suisse, le taux de fumeurs stagne à un peu plus de 25 % depuis près de sept ans. La palette des produits contenant de la nicotine, quant à elle, s'est sensiblement élargie. On ne sait toutefois pas encore si les nouveaux produits améliorent la santé de la population ou, au contraire, la détériorent : avec une législation antitabac stricte, ils pourraient remplacer une partie de la consommation de cigarettes, mais en l'absence d'un cadre rigoureux, ils risqueraient de générer une consommation de tabac et de nicotine supplémentaire. Le nouveau projet de loi sur les produits du tabac laisse malheureusement craindre la deuxième option.

Consommation : arrivée de nouveaux produits sur le marché

Depuis que les interventions politiques ont pris fin, le taux de fumeurs stagne à un niveau élevé

Selon les chiffres de l'[Enquête suisse sur la santé](#), environ 27 % de la population suisse de 15 ans et plus fumait ou vapotait en 2017. Ce pourcentage est comparable aux données du [Monitoring suisse des addictions](#), dans le cadre duquel un quart environ des personnes interrogées ont indiqué fumer quotidiennement ou occasionnellement chaque année entre 2011 et 2016. [L'analyse](#) de l'ensemble des données disponibles ces 25 dernières années, qui vient d'être publiée, confirme la fin de la tendance à la baisse et fournit de plus amples détails quant aux tendances au sein des différents groupes de population.

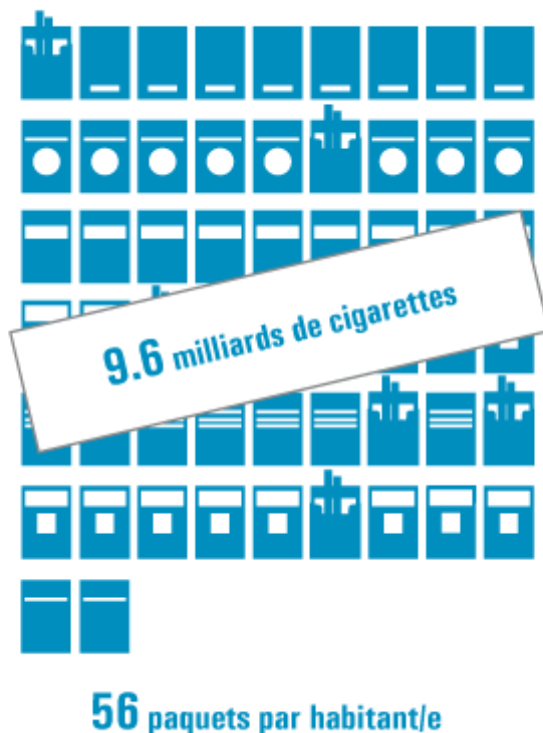
Moins de cigarettes classiques, plus de tabac à rouler

Le nombre de cigarettes industrielles vendues en Suisse continue à baisser très légèrement. Selon les chiffres de la Direction des douanes, il s'élevait à [9.6 milliards](#) d'unités en 2017, ce qui correspond à environ 1400 cigarettes par habitant âgé de 15 ans et plus. Cette tendance à la baisse perdure depuis plusieurs années, mais elle ne se reflète toutefois plus dans le taux de fumeurs depuis 2011. Ce phénomène s'explique d'une part par le fait que le nombre de cigarettes par fumeur et fumeuse a diminué et, d'autre part, par l'augmentation de la part des cigarettes roulées à la main et de la chicha. Enfin, [2,9 %](#) des personnes interrogées dans le cadre du Monitoring des addictions – des jeunes pour la plupart – consomment des produits du tabac non fumés, comme le tabac à priser ou le snus.



TABAC

Nombre de cigarettes vendues (2017)



Source: AFD, 2018

E-cigarettes : l'autorisation des liquides contenant de la nicotine entraîne de nouvelles arrivées sur le marché

L'essor du marché de la cigarette électronique, aussi appelée vaporette ou vapeuseuse, date de quelques années seulement. Selon les résultats d'un [rapport spécifique](#) du Monitoring des addictions, l'usage quotidien d'e-cigarettes a stagné à 0.4 % des personnes interrogées en 2016. La plupart des vapoteurs fumaient également des produits du tabac. Depuis l'arrêt du Tribunal administratif fédéral au printemps 2018, l'Office fédéral de la sécurité alimentaire ne peut plus interdire la vente de liquides contenant de la nicotine. On ne dispose toutefois d'aucun chiffre sur l'évolution du marché depuis. L'autorisation de facto de liquides nicotinés a cependant conduit à l'arrivée sur le marché de géants de la branche, comme Japan Tobacco (avec son produit Logic) et Juul, qui est de loin le plus grand représentant d'une nouvelle génération d'e-cigarettes. Ces « pods mods » se caractérisent par des cartouches facilement interchangeables et un apport de nicotine sous forme de sels de nicotine à l'effet puissant et rapide. Aux États-Unis, cela a entraîné une [forte expansion](#) du produit et probablement aussi une augmentation de la dépendance parmi les adolescent-e-s, la « Juul » plaisant tout particulièrement à un public jeune.



Produits du tabac chauffés : une évolution encore floue

Ces dernières années, on a également vu apparaître sur le marché des produits sans combustion, qui chauffent le tabac sans le brûler, et qui font aujourd'hui l'objet d'une commercialisation intensive. Une nouvelle [étude réalisée en Italie](#) révèle qu'en chiffres absolus, davantage de non-fumeurs et non-fumeuses que de fumeurs et fumeuses de cigarettes ont testé le produit IQOS de Philip Morris.

Les produits du tabac chauffés sont probablement en partie moins nocifs eux aussi que les cigarettes classiques mais, à ce jour, peu d'études indépendantes ont été réalisées et on ne dispose encore d'aucune observation sur le long terme. En outre, des études indépendantes et – dans une moindre mesure – des analyses internes des fabricants ont montré que des particules de fumée sont également libérées quand on chauffe le tabac.

Politique : maintien du statu quo

À la suite de la consultation, le Conseil fédéral a adressé au Parlement une nouvelle version de la loi sur les produits du tabac le 30 novembre 2018. Le snus et les liquides pour e-cigarettes contenant de la nicotine y figurent désormais. Il est également prévu que les produits chauffés et les e-cigarettes soient soumis à la loi sur le tabagisme passif, un point qui se heurtera certainement à la résistance de l'industrie. En revanche, l'interdiction des additifs facilitant l'inhalation et les restrictions de la publicité, qui cible souvent les adolescent-e-s, passent à la trappe. Seule l'interdiction de vente aux moins de 18 ans, déjà mise en oeuvre en partie dans les points de vente, figure encore dans le projet de loi.

Ces modifications représentent un nouveau pas en arrière après le rejet du premier projet de loi en décembre 2016, rejet motivé avant tout par les restrictions de la publicité pour le tabac (pourtant [souhaitées par la population](#)).

Dans ce contexte, une association regroupant des sociétés de médecins et de pharmaciens ainsi que des organisations actives dans la prévention est en train de recueillir des signatures pour une initiative visant l'interdiction de toute forme de publicité pour le tabac.

Et maintenant ? La politique risque d'être rattrapée par la réalité

La nicotine est l'une des substances qui engendrent le plus rapidement une dépendance ; on peut partir de l'hypothèse que la plupart des personnes qui fument quotidiennement en sont [dépendantes](#). Selon les chiffres les plus récents (2012), [9500 personnes](#) décèdent des suites de leur consommation de tabac en Suisse chaque année. Les principales causes de décès liés au tabagisme sont les cancers, les maladies cardiovasculaires et les bronchopneumopathies chroniques obstructives (BPCO).

Le taux de fumeurs est élevé ; des estimations basées sur les ventes de cigarettes (publiées dans le [Swiss Medical Weekly](#)) suggèrent qu'il serait même supérieur à 31 %. Contrairement à ce que l'on observe dans la plupart des pays occidentaux, le pourcentage de fumeurs stagne depuis quelques années en Suisse. Ce phénomène est notamment lié au fait qu'aucune mesure structurelle n'a plus été adoptée depuis longtemps, alors même qu'il est établi que les mesures de ce type contribuent à un [recul de la consommation de cigarettes](#). C'est ainsi que la France a augmenté le prix du tabac et décidé de rembourser les aides à l'arrêt. Elle a en outre rejoint les pays



qui ont introduit des paquets neutres, portant ainsi leur nombre à huit. Différents indicateurs suggèrent que cette politique est efficace.

Le marché de la nicotine est en pleine mutation. On ne sait toutefois pas encore dans quelle mesure les nouveaux produits sont moins nocifs – même si la cigarette électronique tout au moins semble indiquée pour la réduction des risques – ni comment ils influencent le taux de fumeurs et la santé publique. Ils risquent aussi de normaliser la consommation de nicotine. En y regardant de plus près, la baisse des taux de fumeurs en Angleterre et en Suède n'est en effet que partiellement imputable à la cigarette électronique et au snus, et ces modèles ne peuvent pas être transposés sans autres à la Suisse : ces deux pays ont mené une politique antitabac très dynamique et ont activement contribué à faciliter le passage aux produits de nouvelle génération. En l'absence de mesures de ce type, on court le risque que ces produits génèrent une consommation de nicotine supplémentaire. La Suisse a donc besoin d'une politique cohérente en matière de tabac et de nicotine qui tienne compte des dommages pour la société et l'économie et qui protège les jeunes de l'entrée dans la consommation de nicotine. Cela inclut également la protection contre le tabagisme et le vapotage passifs.

Renforcer la prévention

Au niveau de la prévention individuelle également, des mesures supplémentaires s'imposent : le taux de fumeurs est plus élevé parmi les personnes qui ont un niveau d'éducation inférieur. Par ailleurs, selon le rapport « [Inégalités sociodémographiques](#) », à consommation égale, le taux de mortalité lié au tabagisme est plus élevé chez les personnes socialement défavorisées. Il convient par conséquent de mieux atteindre ces groupes cibles par le biais de la sensibilisation et du traitement. Addiction Suisse développe pour ce faire des mesures de prévention basées sur des vidéos.

Le marketing des nouveaux produits met l'accent sur la réduction des risques en laissant entendre que l'arrêt du tabagisme est un objectif inatteignable. Or celui-ci reste la meilleure solution et à la fois moins coûteuse. Il doit donc être encouragé comme premier choix. Par ailleurs, il importe de réussir à mieux toucher les jeunes en utilisant des moyens de prévention axés sur les nouvelles technologies, comme cela se fait aujourd'hui avec des applications telles que Smokefree Buddy, qui a été téléchargée à près de 5000 reprises depuis le début 2018, ou encore les groupes Facebook. Les instruments de prévention basés sur les « serious games » sont aussi prometteurs. La publicité omniprésente pour le tabac vient toutefois torpiller le succès de ces outils : aujourd'hui, les jeunes sont confrontés six fois plus souvent à des publicités pour le tabac qu'à des messages de prévention. Il est urgent d'inverser les forces.



DROGUES ILLICITES

COCAÏNE EN VOGUE ET CANNABIS EN DÉBAT

L'ONU rapporte une augmentation de la production de cocaïne en Amérique du Sud, l'Union Européenne plus de saisies sur notre continent et la Suisse une hausse de la pureté de la cocaïne sur le marché noir. Tout indique une diffusion croissante de cette substance. Une étude innovante menée dans le canton de Vaud a d'ailleurs fait la lumière sur la taille et le fonctionnement d'un marché local de la cocaïne. À l'étranger, l'Amérique du Nord fait face à deux phénomènes : la légalisation et régulation du cannabis, et une hausse continue des décès liés aux opioïdes. En Suisse, alors que le débat sur le cannabis avance à petits pas, une étude publiée par Addiction Suisse permet de mieux comprendre les motivations des usagers de cannabis CBD.

Consommation : cannabis en tête du palmarès

Le cannabis reste la substance illicite la plus consommée en Suisse, avec environ 3% de la population qui rapporte un usage durant les 30 derniers jours, loin devant la cocaïne et les autres stimulants. On attend désormais les données de l'enquête suisse sur la santé (ESS) de l'OFS et de l'enquête auprès des écoliers (HBSC) d'Addiction Suisse pour connaître les dernières tendances dans ce domaine. Une [étude rétrospective](#) suggère que la consommation de cannabis et de cocaïne a augmenté légèrement mais de façon à peu près continue depuis le début des années 2000.

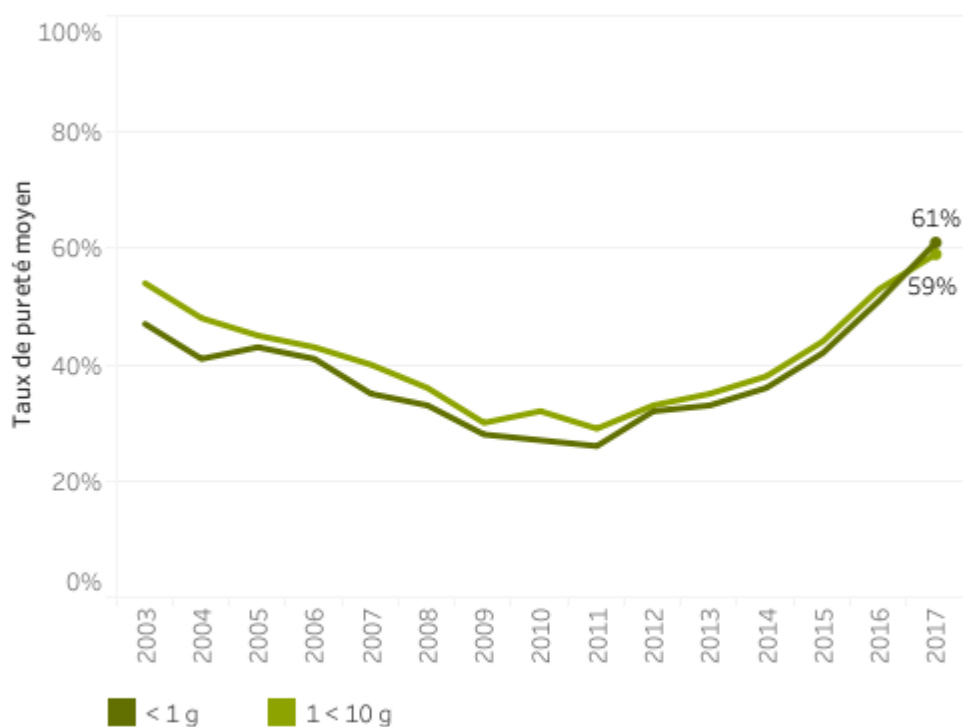
Coke en stock

Les agences spécialisées de [l'ONU](#) et de [l'Union européenne](#) font état d'une hausse de la production de cocaïne en Amérique latine et des saisies de cette drogue en Europe. Dans notre pays, les données des projets de [drug checking](#) et celles provenant des saisies policières (voir infographie) indiquent une hausse de la pureté de la cocaïne vendue, sans indice jusqu'ici d'une augmentation du prix. Cette situation suggère une grande disponibilité de la cocaïne et une [forte concurrence sur son marché](#).



DROGUES ILLICITES

Taux de pureté moyen de la cocaïne (2003-2017)  ADDICTION | SUISSE



Remarque: Le contenu peut fortement varier.

Source: SSML, 2004-2018

Une [étude interdisciplinaire](#) menée dans le canton de Vaud s'est justement attachée à comprendre la taille, les revenus et l'organisation du marché de la cocaïne. Il en ressort que le marché suisse pourrait représenter environ cinq tonnes par année pour des revenus de l'ordre de 330 millions de francs. Une autre caractéristique de ce marché est la multiplicité des vendeurs et de leurs pratiques. Ils répondent à une assez forte demande qui n'émane pas seulement de personnes marginalisées et d'usagers qui consomment en milieu festif, mais aussi de personnes socialement intégrées qui n'achètent presque jamais leur drogue dans la rue.

Drogues sur internet : jusqu'ici limité

On a beaucoup parlé ces dernières années de l'achat de drogues sur internet, notamment sur les darknets. L'école des sciences criminelles de l'UNIL et Addiction Suisse ont essayé de faire [le point sur la situation](#) dans notre pays en recourant à de multiples sources de données, dont celles provenant de cryptomarchés. Il en ressort, que le trafic de drogue sur internet existe bel et bien en Suisse mais qu'il reste jusqu'ici limité et ne représente apparemment qu'une très petite partie du marché des stupéfiants.



Pourquoi consommer du CBD ?

Le cannabis CBD légal à faible teneur en THC a fait irruption sur le marché suisse en été 2016. Depuis, on peut le trouver dans des magasins spécialisés, des kiosques, des supermarchés et sur internet. Addiction Suisse a récemment publié la première [étude](#) portant sur les usagers de ce type de cannabis. Il en ressort que le CBD est utilisé pour essayer de traiter certaines maladies, de combattre le stress et les troubles du sommeil, de réduire la consommation de cannabis illégal, ou encore par simple curiosité. La majorité des personnes interrogées consommait aussi du cannabis illégal et la part des fumeurs de tabac était très élevée. Le produit CBD de loin le plus consommé était la marijuana (fleurs) devant les huiles. En général, le jugement des consommateurs était assez positif sur l'effet du CBD et rares étaient ceux qui rapportaient des effets négatifs.

Réforme des politiques cannabis et épidémie de décès liés aux opioïdes en Amérique du Nord

L'actualité internationale est marquée depuis quelques années par des développements qui se déroulent en Amérique du Nord. En 2018, la Californie, le Massachusetts et le Canada ont notamment introduit des marchés régulés pour le cannabis. En outre, lors des élections de mi-mandat, le Michigan est venu se joindre aux neuf Etats US et la capitale Washington DC qui ont déjà légalisé le cannabis. Plus d'un quart (120 millions de personnes) des habitants d'Amérique du Nord vit désormais dans une région où le cannabis n'est plus illégal pour les adultes. Plus près de chez nous, à Genève, [l'OMS](#) se penche sur la dangerosité du cannabis et va sans doute recommander de ne plus le considérer à l'avenir comme l'une des drogues les plus dangereuses et sans aucun potentiel thérapeutique.

L'Amérique du Nord est aussi le théâtre d'une épouvantable épidémie de décès par overdoses, environ [72'000 en 2017](#), dont la majorité sont associés aux opioïdes. A l'origine on trouve surtout une sur-prescription de médicaments antidouleurs sans contrôle adéquat de la part des autorités. Puis, la mise sur le marché noir d'une héroïne plus pure et d'opioïdes synthétiques très puissants (fentanyl) ont parachevé la catastrophe. Aujourd'hui, alors que les autorités locales essaient de répondre de manière pragmatique à cette situation, comme en Suisse durant les années 1990, des entreprises et distributeurs pharmaceutiques, qui ont systématiquement failli à leur obligation de protéger la santé publique, [vont devoir répondre de leurs pratiques devant les tribunaux](#). C'est malheureusement bien tard : plus d'un demi-million de personnes sont déjà mortes et le décompte est loin de s'arrêter.

Suisse : débat sur le cannabis et innovations qui continuent de se diffuser

Les débats autour d'une légalisation et régulation du cannabis se poursuivent en Suisse. L'année 2018 aura été marquée par le refus d'une [initiative parlementaire](#) dans ce sens et par l'acceptation de [motions parlementaires](#) visant à permettre des essais pilotes de vente de cannabis dans certaines villes suisses. En parallèle, l'application de la loi sur les stupéfiants vis-à-vis des consommateurs de cannabis varie toujours entre les cantons et de [nouvelles jurisprudences](#) ajoutent encore à la confusion. Bien malin celui qui peut expliquer la sanction encourue pour une possession de petites quantités de cannabis. Une amende d'ordre de Frs 100.- ? Une dénonciation à la justice suivie d'une amende plus importante ou alors d'un non-lieu ? En fait, tout semble possible en Suisse.



Notre pays est reconnu pour les innovations qu'il a introduites dans sa politique drogue durant les années 1990. Certaines sont encore aujourd'hui adoptées à l'étranger, comme par exemple les locaux de consommation supervisés dans différentes régions du [Canada](#), mais leur diffusion se poursuit aussi à l'intérieur de notre pays. Ainsi, en 2018, [le canton de Vaud](#) a introduit la prescription médicale d'héroïne pharmaceutique, la ville de [Lausanne](#) a inauguré un espace avec local de consommation supervisée, et [Bâle-Ville](#) a annoncé une offre de drug checking stationnaire.

De quoi sera fait 2019 ?

Cannabis : réforme ou immobilisme ?

Si la situation internationale évolue rapidement, le débat sur la politique cannabis en Suisse tourne souvent en rond. Les essais pilotes des villes pourraient permettre de le faire avancer. Le projet de loi dans ce sens, préparé par les autorités fédérales, devra maintenant être discuté au parlement. On doit espérer qu'il n'y terminera pas sa vie comme l'ont fait les propositions pour une alternative à l'interdiction du cannabis depuis un demi-siècle. La situation internationale, avec notamment le Canada avec ses 36 millions d'habitants qui vient de légaliser et réguler le cannabis, invite aussi à développer un modèle de régulation adapté à la Suisse et permettant de se prémunir face à l'industrie du cannabis qui se développe en Amérique du Nord. Pour développer une telle régulation, on peut prendre exemple sur une organisation professionnelle des addictions (GREAA) qui est parvenue à développer un [modèle](#) de régulation pour la Suisse en collaboration avec un groupe de producteurs de cannabis CBD (IG Hanf). Pourquoi nos élus n'y parviendraient-ils pas eux aussi ?

Cocaïne : l'heure de la réduction des risques ?

La cocaïne est souvent présentée comme la drogue de notre temps. [Une étude internationale basée sur les eaux usées](#) a aussi montré que les villes suisses figuraient parmi celles en Europe avec la plus forte consommation de cette drogue par habitant. Or la cocaïne, et les [produits de coupage](#) qui y sont ajoutés, peut provoquer des dommages, dont des problèmes cardiovasculaires, des troubles de santé mentale et une dépendance avec des niveaux de consommation souvent très destructeurs. Dans ce contexte, il importe d'aller vers les usagers pour les aider à faire des choix éclairés : encourager les modes de consommation les moins risqués, rendre attentif aux symptômes de problèmes liés à l'usage de cocaïne, favoriser une consommation modérée et leur permettre de savoir ce qu'ils consomment. Seuls trois projets de [drug checking](#) en Suisse offrent cette panoplie d'actions. Pourquoi pas ailleurs ? C'est l'une des rares réponses pragmatiques face à la diffusion de cette substance.



MÉDICAMENTS

UNE ATTENTION CROISSANTE POUR L'ABUS DE MÉDICAMENTS

L'abus de médicaments a suscité une attention croissante l'an dernier. L'abus d'opioïdes lié à la prescription d'antalgiques aux États-Unis a notamment défrayé la chronique. Pour le moment, la Suisse n'est pas touchée par ce phénomène, mais les ventes d'antalgiques présentant un risque de dépendance continuent d'augmenter légèrement. Parallèlement, l'usage sur une période prolongée de benzodiazépines ainsi que de tranquillisants et somnifères apparentés pose toujours problème : 9 % des plus de 74 ans pourraient être dépendants de ces substances. Enfin, les psychostimulants utilisés pour améliorer les performances cérébrales restent d'actualité, surtout chez les jeunes adultes.

Pas de hausse brutale, mais une évolution à surveiller

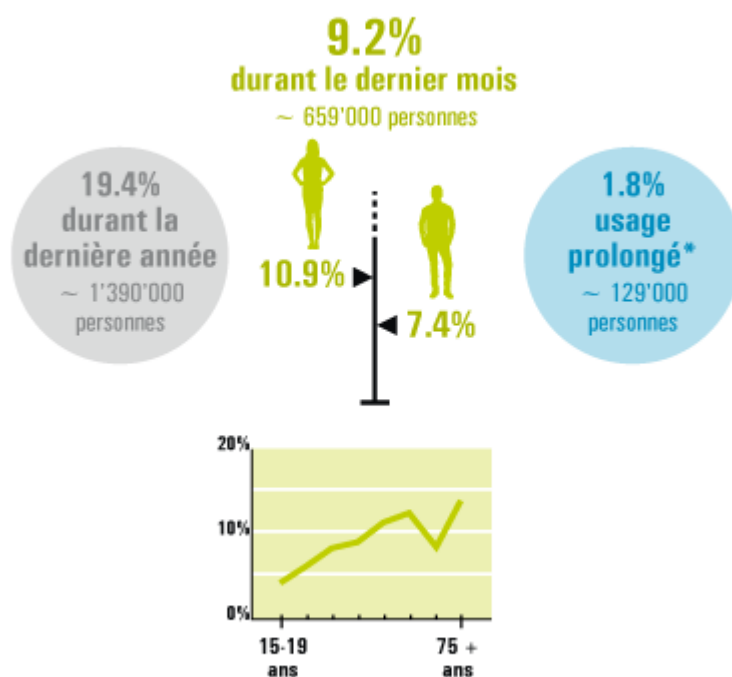
Antalgiques opioïdes : croissance continue, mais jusqu'ici pas d'indications de problèmes comme aux États-Unis

Aux États-Unis, la prescription d'antalgiques opioïdes a fortement augmenté à partir des années 1990, ce qui a conduit à un nombre élevé de cas de dépendance et de décès. Selon une [étude américaine](#), 8 à 12 % des personnes à qui l'on a prescrit ces substances ont développé une dépendance. Après l'introduction de mesures restrictives par les autorités et l'expiration des prescriptions, bon nombre d'individus ont été se procurer les médicaments au marché noir ou se sont tournés vers l'héroïne ou le fentanyl, un produit encore plus fort. L'augmentation de l'offre sur le marché noir qui en a résulté a conduit de nouvelles générations de consommateurs et consommatrices, qui ne prenaient pas d'antalgiques, à s'intéresser et à consommer des opioïdes. En 2017, [environ 49 000 personnes sont décédées aux États-Unis](#) à la suite d'une surdose d'opioïdes. Dans la tranche d'âge des 24 à 35 ans, [un décès sur cinq](#) est imputable à l'abus d'opioïdes.

En Suisse, contrairement aux États-Unis, l'usage de ces médicaments n'est pas très répandu dans la population générale. Les données du [Monitoring des addictions de 2016](#) font apparaître une légère hausse de la consommation d'antalgiques forts, dont font partie ces opioïdes ; au cours des douze mois ayant précédé l'enquête, 19.4 % des personnes interrogées avaient pris au moins une fois un médicament de ce type (contre 17.3 % en 2011), dont une personne sur huit l'ayant obtenu sans ordonnance. Le pourcentage de personnes qui consomment ces médicaments régulièrement sur une période prolongée (quotidiennement ou presque pendant au moins une année) a en revanche diminué entre 2013 et 2016, passant de 2.5 à 1.8 %.

MÉDICAMENTS

Usage d'antidouleurs forts dans la population de 15 ans et plus (2016)



* usage (quasi-)quotidien durant au moins un an.
Remarque: antidouleurs sans ordonnance (p.ex. paracétamol, aspirine) non compris
Source: CoRoIAR (Gmel et al., 2018)

La vigilance reste néanmoins de mise : une [étude](#) publiée dans la Revue Médicale Suisse met en lumière une forte hausse de la consommation de médicaments opioïdes entre 1985 et 2015. Cela inclut toutefois la méthadone, qui est utilisée comme produit de substitution à l'héroïne. Sans cette substance, on observe une forte hausse entre 2004 et 2010 mais depuis les chiffres n'augmentent plus que légèrement.

Les statistiques de Swissmedic, l'autorité qui autorise les produits thérapeutiques, font également état d'une augmentation des livraisons d'antalgiques opioïdes aux médecins, pharmaciens et hôpitaux entre 2010 et 2017 ; il s'agissait d'opioïdes forts dans un premier temps, puis faibles ces dernières années. Selon l'association Interpharma, les ventes d'antalgiques opioïdes ont augmenté de 16 % environ entre 2014 et 2017.

Toujours pas de solution au problème de l'usage de somnifères et tranquillisants sur une période prolongée

Selon les données du [Monitoring des addictions de 2016](#), 2.8 % de la population suisse de plus de 15 ans prend quotidiennement ou presque des somnifères ou des tranquillisants pendant une durée d'au moins un an. Cela correspond à environ 200 000 personnes. La part de consommateurs et consommatrices augmente régulièrement avec l'âge pour atteindre 9.1 % chez les personnes de plus de 74 ans. Les médicaments en question sont pour l'essentiel des benzodiazépines ou des



médicaments apparentés qui comportent un risque élevé de dépendance et qui sont associés à des risques pour la santé physique et psychique en cas d'usage prolongé. Dans quatre cinquièmes des cas, le médicament est prescrit par le médecin. La part des consommateurs et consommatrices quotidiens reste stable selon ces données et les [chiffres d'Interpharma](#) publiés ces dernières années indiquent aussi une situation stable s'agissant des ventes.

Psychostimulants : la société de la performance incite à consommer

3.3 % des hommes et des femmes de 20 à 24 ans interrogés en 2016 dans le cadre du [Monitoring des addictions](#) ont indiqué avoir pris des psychostimulants au cours des douze mois ayant précédé l'enquête, dont plus d'un tiers sans ordonnance. Il s'agissait dans la plupart des cas de médicaments prescrits contre des troubles de l'attention et de l'hyperactivité. Dans le groupe des 20 à 24 ans, on observe une hausse constante de la prévalence à douze mois, qui est passée de 1.4 à 3.3 % entre 2011 et 2016.

Les études épidémiologiques sur le dopage cérébral et l'usage non-médical de psychostimulants se multiplient. Les médicaments en question sont pris par des personnes qui ne présentent pas nécessairement de troubles de l'attention ou d'hyperactivité dans l'espoir d'accroître leurs performances, bien qu'une [étude](#) récente montre que leur efficacité n'est pas établie et qu'elle ne dépasse souvent pas l'effet placebo. En dépit de cela, l'usage de ces produits en vue d'accroître les performances dans le cadre des études et du travail augmente en Suisse comme dans d'autres pays occidentaux, comme le révèle une autre [étude](#).

Politique et prévention

Continuer à observer l'évolution et soutenir le personnel médical

Au niveau politique, pratiquement aucune mesure supplémentaire n'a été adoptée en dépit du taux en partie élevé de consommateurs et consommatrices problématiques. Seule la remise de sirop pour la toux contenant de la codéine et, en partie, du dextrométorphan (apprécié en mélange avec d'autres produits par une partie des adolescent-e-s) sera plus strictement contrôlée à partir du printemps 2019 à la suite d'une modification de la loi sur les produits thérapeutiques.

Antalgiques opioïdes

Le fait que les problèmes soient nettement moins importants qu'aux États-Unis peut s'expliquer par la surveillance de l'État, par un marketing moins agressif dans le secteur des médicaments et peut-être aussi par des différences culturelles. Pour le moment, la hausse de l'usage en Suisse semble essentiellement indiquer une meilleure prise en charge de la douleur. Quant à savoir si l'emploi d'ordonnances spéciales (conformément à la loi sur les stupéfiants), qui a manifestement été efficace jusqu'ici, offre encore une protection suffisante au cas où les patientes et patients exigeraient davantage d'antalgiques ou dans l'éventualité où le marketing des médicaments serait intensifié, on l'ignore encore. Dans le domaine des antalgiques, il serait important de continuer à réaliser des enquêtes périodiques afin de pouvoir réagir rapidement en fonction de l'évolution de la situation. Parallèlement, on pourrait peut-être instaurer un système d'alerte précoce, par exemple par l'intermédiaire des pharmacies.

Dans l'intervalle, des hôpitaux comme l'Hôpital universitaire de Bâle ou l'Institut suisse de la douleur à Lausanne cherchent de nouvelles voies dans le traitement de



la douleur. D'autres, comme l'Hôpital de l'Île à Berne, le Centre de la douleur à Nottwil et le cabinet de médecine des addictions à Flawil mettent en place de nouveaux programmes de sevrage médicamenteux. Il semblerait qu'il y ait une prise de conscience plus aiguë du problème ; il n'en reste pas moins nécessaire de continuer à sensibiliser le corps médical et les pharmaciens.

Benzodiazépines

La prise quotidienne de somnifères et de tranquillisants apparentés aux benzodiazépines pendant quatre à huit semaines entraîne généralement une dépendance physique. Un usage prolongé peut notamment provoquer des pertes au niveau de la mémoire et des capacités cognitives, émousser les sentiments et affecter la coordination psychomotrice et la capacité de réaction, ce qui augmente le risque de chutes chez les personnes d'un certain âge, qui sont de toute façon plus sensibles aux médicaments. Par ailleurs, d'autres médicaments sont souvent prescrits aux personnes âgées, ce qui augmente les risques d'interactions.

La consommation de ces médicaments reste stable à un niveau élevé. Il convient par conséquent d'intensifier le travail de sensibilisation et les mesures de prévention et d'encourager le recours à d'autres solutions. Dans cette optique, Addiction Suisse a complètement remanié le dossier [« Focus – Somnifères et tranquillisants »](#). Le canton du Tessin fait également œuvre de pionnier ; il a réussi à diminuer la consommation en sensibilisant les patient-e-s et en publiant le taux de prescriptions de cinq hôpitaux du canton.

Étant donné que, dans la plupart des cas, les médicaments à risque prescrits sont délivrés en pharmacie, il est essentiel de continuer à sensibiliser les médecins et les pharmaciens à l'abus de médicaments ou à la surprescription. Selon une enquête réalisée dans le canton de Fribourg, de nombreux professionnels de la médecine souhaitent des directives pour savoir comment procéder dans les cas difficiles. Ils demandent également une amélioration de la collaboration interprofessionnelle et avec les autorités



JEUX D'ARGENT

RIEN NE VA PLUS POUR LES JOUEURS ET JOUEUSES

Le marché des jeux d'argent est un marché dynamique, avec des opérateurs forts qui ont su défendre avec succès leurs intérêts dans le cadre de la nouvelle loi. Depuis le début de cette année, les casinos ne sont plus tenus de collaborer avec les services spécialisés en matière d'addiction pour élaborer un programme de mesures sociales, ce qui constitue un grand pas en arrière sous l'angle de la prévention. Les personnes qui n'arrivent plus à garder le jeu sous contrôle en font les frais. Seront-elles (encore) plus nombreuses avec la législation des nouveaux casinos en ligne ?

Une addiction qui coûte extrêmement cher

À l'heure actuelle, on estime le nombre de personnes qui jouent à des jeux d'argent en Suisse à [1,15 million](#), dont [76 000](#) joueuses et joueurs excessifs. Notre pays compte l'une des plus fortes densités de casinos du monde ; il est possible de faire des jeux de loterie et des paris dans tous les kiosques et offices postaux. Parallèlement, le marché (illégal) des jeux en ligne a connu un essor important ces dernières années. Avec l'entrée en vigueur de la nouvelle loi sur les jeux d'argent en début d'année, les casinos suisses peuvent désormais aussi proposer des jeux en ligne. Cette évolution place les professionnels de la prévention et du traitement face à un défi de taille, les jeux d'argent sur internet comportant un risque d'addiction particulièrement élevé. Ils sont en effet disponibles en permanence et font miroiter la promesse de gains rapides.

Des conséquences négatives considérables

Le jeu problématique entraîne toute une série de conséquences négatives telles que dépendance, maladies psychiques, surendettement, actes délictueux pour se procurer de l'argent, problèmes familiaux, séparations et chute sociale.

Selon les estimations, le [coût social](#) du jeu excessif atteint chaque année entre 551 et 648 millions de francs sous forme de dépenses de santé supplémentaires, de perte de productivité et de diminution de la qualité de vie.

À la fin 2017, le nombre d'[exclusions des jeux](#) prononcées par les casinos suisses s'élevait à 53 920, soit 3658 de plus que l'année précédente. Les casinos excluent les personnes surendettées, celles qui engagent des mises sans rapport avec leur revenu ou leur fortune ou qui sont susceptibles de perturber le déroulement des jeux ; les joueurs et joueuses ont aussi la possibilité de se faire exclure volontairement.



JEUX D'ARGENT

Exclusions des casinos suisses (2017)



Sources: CFMJ, 2018

Une nouvelle loi qui rapporte gros aux opérateurs

En automne 2017, le Parlement a adopté la nouvelle loi sur les jeux d'argent, qui a ensuite été soumise à un référendum soutenu par différentes sections jeunesse des partis politiques. En juin 2018, ce référendum a été rejeté par 73 % des votants. Depuis janvier 2019, tous les jeux d'argent sont ainsi réglementés dans une seule et même loi et les casinos suisses peuvent désormais aussi proposer des jeux en ligne.

La loi fixe la limite d'âge à 18 ans pour tous les jeux de casino, y compris les jeux en ligne, alors que les jeux de loterie sont désormais interdits aux moins de 16 ans. Il faudra voir comment ces nouvelles dispositions seront appliquées dans les kiosques. Les opérateurs de loteries automatisées doivent désormais assortir celles-ci d'un dispositif de contrôle d'accès. Il s'agit essentiellement des [tactilos](#) (loteries électroniques), très répandus en Suisse romande, mais interdits en Suisse alémanique.

La loi oblige désormais les cantons à mettre en œuvre des mesures en vue de prévenir le jeu excessif et à proposer des offres de conseil et de traitement. Elle reconnaît que la dépendance au jeu est une maladie, ce qui constitue un pas important vers la fin de la stigmatisation des joueurs et vers le renforcement de la prévention.

Avec les nouvelles ordonnances d'application, en revanche, le Conseil fédéral a affaibli la protection des joueurs en supprimant l'obligation pour les casinos de collaborer avec les services spécialisés en matière d'addictions. Bien qu'il ait fait ses preuves sous l'angle de la prévention, le système de mesures sociales élaboré et appliqué en collaboration avec les professionnels des addictions passe à la trappe ; la protection des joueurs et joueuses relève donc désormais quasi exclusivement des opérateurs de jeux d'argent. Pour les spécialistes des addictions, le conflit d'intérêts est programmé et le risque qu'ils soient instrumentalisés par les acteurs de la branche est bien réel.



Ne pas rejeter la responsabilité uniquement sur les joueurs et joueuses

Pour chaque joueuse ou joueur dépendant, environ sept personnes supplémentaires sont touchées dans sa famille et son entourage social. Une personne qui joue de façon problématique entraîne souvent toute sa famille avec elle, son conjoint et ses enfants supportant eux aussi le fardeau de ses dettes.

Sous l'angle de la prévention, la nouvelle loi n'accorde pas suffisamment d'importance à la protection des joueurs et joueuses. Les professionnels des addictions ont réclamé en vain le prélèvement d'une taxe sur tous les jeux d'argent à des fins de prévention et de traitement du jeu excessif. Dans l'ensemble, la loi est très libérale et favorable aux opérateurs ; elle prévoit trop peu d'instruments efficaces pour protéger les joueurs et joueuses. Les milieux de la prévention avaient demandé davantage de mesures de régulation, comme un monitoring systématique du marché des jeux d'argent – celui-ci étant très dynamique –, afin d'évaluer les conséquences pour la protection des joueurs et de formuler des recommandations à l'intention des autorités de surveillance.

Instaurer davantage de limites légales et intensifier la sensibilisation

Internet permet de jouer 24 heures sur 24 à un nombre quasi infini de jeux d'argent. Le fait de ne plus avoir d'argent liquide en main mais d'utiliser des cartes de crédit ou des avoirs sur des comptes de joueurs, les offres publicitaires personnalisées et la possibilité d'essayer de se refaire lors de la partie suivante sont autant d'éléments qui favorisent le jeu problématique.

Avec l'ouverture du marché des jeux d'argent aux jeux de casino en ligne début 2019, il serait nécessaire d'introduire davantage de mesures d'accompagnement pour protéger les joueurs et joueuses. Les expériences faites à [l'étranger](#) montrent en effet que les jeux en ligne entraînent des dépenses nettement plus élevées que les jeux traditionnels et qu'on y consacre également davantage de temps. Une réglementation stricte de la publicité, par exemple par le biais de messages d'alerte, de même que des limites contraignantes au niveau de l'argent et/ou du temps de jeu seraient efficaces, en particulier chez les joueurs et joueuses excessifs. Ces personnes ont perdu le contrôle du jeu et ne sont guère réceptives aux mesures volontaires de jeu responsable mais représentent une source de revenus importante pour les opérateurs de jeux d'argent.

Il importe également de sensibiliser davantage la population en général et les joueurs et joueuses en particulier pour que les personnes concernées et leurs proches utilisent davantage les offres de conseil et de traitement. La [campagne](#) lancée l'an dernier par seize cantons alémaniques en vue de sensibiliser à l'addiction aux paris sportifs est exemplaire à ce niveau.

Dans le domaine des jeux d'argent, il existe encore un déficit au niveau de la recherche. À ce jour, on a relativement peu investi dans ce secteur en Suisse. Un monitoring national serait nécessaire pour mettre en place une prévention basée sur des données probantes et pour aménager l'offre de traitement compte tenu de l'évolution rapide du marché. Addiction Suisse élabore actuellement, à la demande des cantons, un concept en vue d'un futur monitoring national des jeux d'argent avec des indicateurs pertinents en lien avec le marché, les activités de prévention ou les offres de conseil et de traitement.



INTERNET

APPRENDRE CONSTAMMENT À GÉRER LES MULTIPLES OUTILS

Internet fait partie intégrante de nos vies : réseaux sociaux, achats en ligne, objets connectés, e-santé, jeux vidéo... Les principaux défis aujourd'hui sont d'apprivoiser ces nouvelles technologies et de répondre aux enjeux qu'elles font naître, notamment en termes de santé, de protection des données, d'image de soi, de frontière entre vie privée et vie professionnelle et de lien social. Il s'agit également de développer une politique et des mesures de prévention pour protéger les jeunes et de proposer une prise en charge adaptée aux personnes ayant perdu le contrôle de leur utilisation d'Internet.

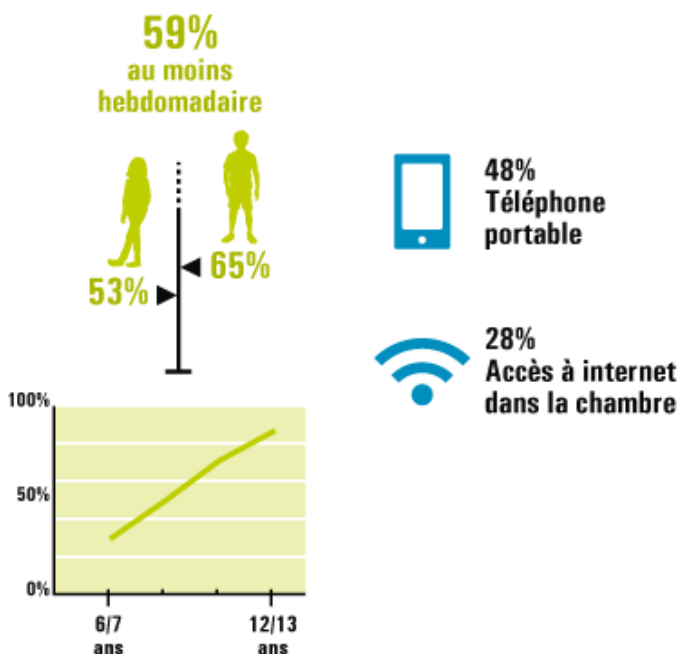
Tous connectés ?

Selon l'Office fédéral de la statistique ([OFS](#)), 91% de la population âgée de 16 à 74 ans utilise Internet au moins une fois par semaine, ce qui place la Suisse au-dessus de la moyenne de l'Union européenne (81%).

S'agissant de la génération née avec Internet, 48% des enfants et adolescents de [6 à 13 ans](#) possèdent un téléphone mobile ; 25% utilisent Internet chaque semaine et 34% l'utilisent chaque jour ou presque. Les plus âgés ([12-19 ans](#)) possèdent presque tous un téléphone mobile (99%) ; 9% utilisent Internet chaque semaine et 89% tous les jours.

INTERNET

Usage d'Internet et possession d'appareils chez les 6-13 ans (2017)



Source: MIKE (Genner et al., 2017)



Utilisation problématique d'Internet : une définition qui fait toujours débat

Il n'existe pas, à l'heure actuelle, de terminologie, de définition, ni de diagnostic universellement acceptés pour ce que l'on appelle souvent « utilisation problématique d'Internet »¹ ou « troubles liés à l'utilisation d'Internet ». Le recul sur le plan scientifique est (encore) insuffisant pour répondre aux nombreuses questions qui se posent. Par exemple, certains troubles sont-ils liés à l'utilisation d'Internet en général ou plutôt à des activités spécifiques disponibles via Internet (réseaux sociaux, pornographie, achats, jeux d'argent, jeux vidéo)? Pourrait-il s'agir, dans certains cas, d'un trouble secondaire lié à un problème psychique préexistant, comme la dépression, la phobie sociale ou l'anxiété ?

En juin 2018, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a ajouté le « [trouble du jeu vidéo](#) » en ligne ou hors ligne (*Gaming disorder*) à la classification internationale des maladies (CIM 11), une décision qui est venue alimenter les débats, déjà vifs, entre experts. Paru en 2013, le DSM-5 (manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux) considère quant à lui que « le trouble du jeu sur Internet » (*Internet gaming disorder*) nécessite des études supplémentaires avant d'être reconnu comme nouveau diagnostic.

Les jeunes davantage concernés

Selon les données nationales représentatives du [Monitoring suisse des addictions](#) de 2015, environ 1% de la population âgée de 15 ans et plus aurait une utilisation problématique d'Internet, soit environ 70'000 personnes. Cette utilisation se caractérise, entre autres, par une perte de contrôle et la poursuite du comportement malgré des conséquences négatives².

Les jeunes sont les plus touchés : 7% des 15 à 19 ans présenteraient une utilisation problématique d'Internet. La proportion qui ressort de l'étude [JAMES](#) 2016 est du même ordre de grandeur: en Suisse, près d'un jeune sur dix chez les 12 à 19 ans aurait un comportement en ligne problématique.

Compétences numériques : la Suisse bien placée, mais...

Les [compétences numériques](#) (traitement des informations, communication, résolution des problèmes, création de contenus) permettent, entre autres, d'exploiter le potentiel des nouvelles technologies de l'information et de la communication (NTIC) tout en se protégeant des risques.

Selon [l'OFS](#), en 2017, 33% des 16 à 74 ans disposaient de compétences numériques générales de base et 43% de compétences numériques plus avancées, plaçant la Suisse largement au-dessus de la moyenne de l'UE (26% resp. 31%), mais loin derrière l'Islande, le Luxembourg et la Norvège. Chez les 55 à 74 ans, la part des personnes avec des compétences plus avancées est inférieure à 25%, contre 67% chez les 16 à 24 ans. En comparaison européenne, les jeunes en Suisse sont moins bien classés que leurs aînés.

¹ En l'absence d'une terminologie qui fait consensus, nous utilisons ici le terme « utilisation problématique d'Internet ».

² Ce [rapport](#) élaboré par Addiction Suisse sur mandat de l'OFSP renseigne sur le profil des usagers ayant une utilisation problématique.



Suivre les évolutions technologiques

La deuxième rencontre du réseau national « [compétences médiatiques](#) » a eu lieu en 2018 et les milieux de la prévention font toujours face à d'importants défis liés aux [évolutions technologiques](#). Cela concerne notamment la frontière de plus en plus ténue entre jeux vidéo et jeux d'argent : aujourd'hui, un nombre croissant de jeux a priori gratuits incitent au paiement de petites sommes d'argent pour avancer dans le jeu (p.ex. *Loot Box*). On observe aussi l'introduction, par certains réseaux sociaux, de fonctionnalités qui encouragent les utilisateurs à produire sans cesse des contenus, conditionnant ainsi des comportements répétitifs (p.ex. *Snapstreak*). L'introduction prochaine de la [5G](#) va permettre des conditions de jeu en ligne encore plus attrayantes et dynamiques.

Des liens sociaux transformés

L'omniprésence d'Internet dans la vie quotidienne transforme aussi certains liens sociaux. Pour les adolescent-e-s, les espaces sociaux numériques sont désormais un des lieux où ils se construisent en tant que personne dans la relation à l'autre. Des [études récentes](#) documentent aussi l'impact négatif du smartphone sur les liens parents-enfants, notamment parce qu'il interfère, par captation de l'attention, dans leurs interactions.

Traitement : une offre à développer davantage

En Suisse, 1,3% des personnes admises en 2016 dans les structures de prise en charge des addictions participant au relevé *act-info* l'ont été principalement pour des troubles liés à l'utilisation d'Internet. La [proportion](#) était plus élevée chez les hommes (1,6 %) que chez les femmes (0,7 %). S'agissant des [demandes d'aide en ligne](#), environ 5% des thèmes abordés lors des consultations par e-mail sur la plateforme SafeZone concernent les jeux vidéo, Internet et les smartphones.

L'offre de prise en charge des troubles liés à l'utilisation d'Internet est à ce jour le plus souvent intégrée aux soins en addictologie ou en psychiatrie. Bâle-Ville a toutefois introduit une innovation en 2018 avec la création du premier service résidentiel de traitement des addictions comportementales.

Dans le cadre d'un [sondage](#) mené en 2017 auprès de spécialistes de la prévention et du traitement des addictions en Suisse, une majorité des participants estimait que l'offre dédiée à ce type de troubles était satisfaisante en matière de prévention et de conseil. Leur évaluation était moins favorable s'agissant du traitement et de la réduction des risques. Le besoin en formation continue des intervenants était jugé élevé.

Politique et prévention structurelle : de timides mesures

Une loi pour protéger la jeunesse

L'utilisation problématique d'Internet est l'un des thèmes de la Stratégie Addictions de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), dont la mise en œuvre a débuté en 2017. Pourtant, au niveau politique, peu de choses ont bougé depuis son lancement.



En février 2019, la loi fédérale sur la protection des enfants et des jeunes mineurs en matière de jeux vidéo sera mise en consultation. Cette loi, dans les starting-blocks depuis plusieurs années, pourrait introduire un âge limite pour la vente de jeux vidéo.

Dans une perspective de protection des joueurs également, la PEGI (*Pan European Game Information*) a introduit en 2018 un nouveau [pictogramme](#) permettant d'identifier les jeux qui proposent de dépenser de l'argent réel.

Le rôle de l'école : l'éducation aux médias

À la rentrée scolaire 2018, certains établissements scolaires ont annoncé leur décision d'interdire les téléphones mobiles durant les heures de cours, mesure qui s'ajoute à l'apprentissage des compétences médiatiques désormais intégré dans les programmes scolaires de nombreux cantons. Ils participent de ce fait à la promotion d'une utilisation responsable et modérée d'Internet.

Que faut-il faire encore ?

À l'avenir, il s'agira toujours d'informer le grand public des risques liés à Internet tout en dissipant de fausses craintes, en particulier chez les parents. Renforcer les compétences numériques de la population restera aussi une tâche importante. L'offre de prise en charge doit encore être développée et mieux promue afin de faciliter l'accès aux traitements pour les personnes concernées. Il faudra aussi former davantage les intervenant-e-s de ce domaine. Pour renforcer toutes ces démarches, il s'agira d'approfondir les réflexions conceptuelles, d'améliorer les échelles de mesure et de repérage ainsi que de poursuivre le monitoring des usages (problématiques ou non), des facteurs qui leur sont associés et des prises en charge des personnes souffrant de problèmes.