

# Pratique intensive du sport chez les jeunes

## et usage de substances psychoactives

*Nous avons mené une enquête afin de savoir si la consommation de substances psychoactives chez les jeunes sportifs ayant une pratique intensive du sport différait des pratiques de l'ensemble des jeunes de leur âge. Notre enquête avait également pour finalité d'identifier l'existence d'un phénomène émergent, l'usage du tabac non fumé.*

**P**lusieurs enquêtes étudient, périodiquement, la consommation en France de substances psychoactives, notamment chez les adolescents et adultes jeunes :

- enquête Escapad sur la santé et les consommations de substances psychoactives chez les 17-18 ans, lors de l'appel de préparation à la défense ;
- enquête Espad (*European School Survey Project on Alcohol and others Drugs*) qui étudie les mêmes consommations chez les jeunes collégiens et lycéens de 12 à 18 ans ;
- enquête baromètre Santé-Jeunes

\* Médecin Conseiller DRDJS, Rhône-Alpes

\*\* Médecin Responsable Antenne Médicale de Prévention du Dopage, Saint-Etienne

\*\*\* Président de l'Institut Rhône-Alpes de Tabacologie

\*\*\*\* Médecin du Sport, Albertville

\*\*\*\*\* Médecin Conseiller DRDJS, Midi-Pyrénées

Dr François Renaudie\*, Dr Roger Oullion\*\*,  
Dr Gérard Mathern\*\*\*,  
Dr Damien Parcot\*\*\*\*,  
Dr Frédéric Depiesse\*\*\*\*\*

### Mots-clés

Sportif, Haut niveau, Jeunes, Tabac, Cannabis, Alcool, Chicha, Chique, Performance



La consommation de substances psychoactives chez les jeunes sportifs est-elle la même que celle de l'ensemble des jeunes ?

(Institut national de prévention et d'éducation pour la santé et Observatoire régional de la santé), qui étudie les consommations des jeunes de 12 à 25 ans.

Les services de la direction régionale de la Jeunesse et des Sports (DRJS) en Rhône-Alpes et Midi-Pyrénées ont tenté de vérifier la réalité de cette pratique. En partenariat avec l'Institut Rhône-Alpes de tabacologie, une enquête a été diligentée auprès des pôles sportifs de haut niveau en sports alpins répartis dans les établissements scolaires de l'arc alpin : Isère, Savoie et Haute-Savoie.



### MATÉRIEL ET MÉTHODE

#### ► La population

Les pôles de haut niveau sportifs sont répartis dans 6 villes de Savoie et d'Isère : Le Fayet, Albertville, Moutiers, La Motte-Servolex, Saint-Michel de Maurienne et Villards de Lans. Les jeunes adultes les fréquentant pratiquent tous des disciplines sportives se rapportant aux sports d'hiver. Les classes de lycée et de Bep-Cap sont toutes représentées.

Les disciplines pratiquées sont très majoritairement des sports d'hiver, mais aussi le VTT et la natation.

## ► Enquête et questionnaire

Cette enquête médicale sur la pratique sportive des jeunes a été menée du 29 novembre 2004 au 5 janvier 2005 sur la totalité de la population de ces pôles. Les questionnaires ont été présentés par les médecins de la DRJS Rhône-Alpes et remplis pendant les horaires scolaires. Ils étaient anonymes. Ils tentaient de cerner les habitudes toxiques des sportifs de haut niveau et prenaient en compte, à cette occasion, les consommations d'alcool et d'autres substances psychoactives. L'environnement du sportif était analysé, de même que ses motivations à la pratique sportive.

Ce questionnaire comprenait les points suivants :

- les caractéristiques de la personne interrogée (sexe, âge, scolarisation...) ;
- les caractéristiques de son entourage familial (profession du chef de famille, pratique d'un sport en compétition...) ;
- les habitudes tabagiques de la famille : tabagisme d'un membre de la famille ;
- les habitudes de la personne interrogée concernant le tabac fumé et non fumé, la consommation de cannabis ou d'alcool ;
- la pratique sportive, c'est-à-dire la discipline, le niveau de pratique, le nombre de jours de compétition par saison... ;
- le ressenti des personnes interrogées vis-à-vis du sport : ce qu'elles recherchent dans le sport et ce que le sport représente pour elles ;
- la prise éventuelle de produits avant la compétition, à l'entraînement, ou pour récupérer de l'effort ;
- les personnes auxquelles s'adressent les sportifs interrogés pour demander des conseils (entraîneur, parents, amis...).

La question de l'utilisation du tabac non fumé a été abordée sous trois formes :

- la chique ;
- la prise ;
- et le *snuff-dipping*, dénomination la plus courante permettant de désigner la consommation de *snus* dans les pays scandinaves et, surtout, aux

Etats-Unis (*skoal*). Il s'agit de tabac en poudre humide placé dans le vestibule, entre la gencive et la paroi interne de la lèvre supérieure. Ce produit peut être consommé directement en pinces de tabac ou sous forme de petits sachets rappelant le conditionnement du thé.

## ► Analyse

Elle a été réalisée dans le service de Santé publique du Centre Léon Bérard à Lyon.

## RÉSULTATS

### ► Analyse descriptive de l'ensemble de la cohorte

#### • Age

Au total, 480 personnes ont répondu à cette enquête, dont une majorité de garçons (67,9 %).

Les répondants étaient en moyenne âgés de 17,5 ans (année de naissance moyenne : 1988) et, pour la plupart, internes dans un lycée général. Ils étaient souvent originaires d'une station de ski (39,1 %) et rentraient dans leur famille au moins une fois par semaine (81,2 %).

#### • Entourage familial

Concernant l'entourage familial, ils vivaient pour la majorité avec leurs 2 parents (80,6 %). Le chef de famille était commerçant ou travailleur indépendant (17,1 %), cadre moyen (16,3 %), ou supérieur (15,6 %).

A noter que l'un des parents de la plupart des personnes interrogées avait déjà pratiqué un sport en compétition (72,5 %). Le niveau de pratique des parents était national pour 39,7 % d'entre eux et la discipline était majoritairement le ski (47,0 %).

#### • Disciplines pratiquées

Les disciplines pratiquées étaient majoritairement le ski (79,9 %), dans toutes ses déclinaisons :

- ski alpin (60,4 %), snowboard (3,1 %), ski de bosses (0,8 %), freestyle (1,7 %), ski de fond (10,6 %), biathlon (6,3 %), saut à ski (0,6 %), combiné nordique (0,4 %) ;
- l'alpinisme : 3,5 % ;
- le hockey sur glace : 7,8 % ;
- la natation : 2,9 % ;
- le VTT : 0,66 %.

#### • Habitudes toxiques

Parmi les habitudes toxiques questionnées, nous avons envisagé ici l'étude de l'utilisation du tabac sous toutes ses formes :

- 41,3 % des personnes interrogées avaient au moins un fumeur de tabac dans leur famille ;
- en revanche, une majorité des répondants n'avait jamais fumé de tabac (68,1 %), ni chiqué (84,7 %), ni prisé (93,9 %), ni pratiqué le *snuff-dipping* (91,4 %), ni fumé du cannabis (80,0 %).

Pour l'alcool, la majorité des répondants affirmaient en consommer seulement « pour faire la fête » (74,9 %).

La majorité des personnes interrogées n'avait pas connaissance, dans l'entourage, d'ennuis de santé liés à l'utilisation du tabac, de la prise, de la chique, ou du *snuff-dipping*. Cependant, ils estimaient, à 70 %, ces pratiques dangereuses (mort, maladie de type cancer...).

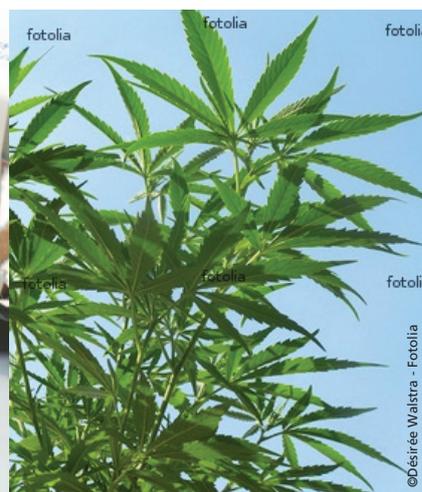
#### • Type de pratique

Le niveau de pratique était national (38,5 %), ou international (37,0 %), avec, en moyenne, 30 jours de compétition par saison et environ 13 heures par semaine d'entraînement.

Ils recherchaient, dans le sport, la performance, le plaisir, les émotions...



Les personnes interrogées recherchaient, dans le sport, la performance, le plaisir et les émotions.



Les jeunes ayant recours au *snuff-dipping* avaient tendance à davantage fumer et à consommer du cannabis, mais pas à boire plus d'alcool.

Le sport ne représentait pour eux ni l'argent, ni le vedettariat, ni la victoire. Pour leur pratique sportive, la plupart des répondants recouraient aux conseils de leur entraîneur, parents, ou amis.

La majorité des personnes interrogées ne prenait pas de produits stimulants avant la compétition (91,0 %), ni à l'entraînement (89,8 %), ni pour récupérer (84,3 %). A noter que, parmi les personnes prenant ces produits (boissons énergétiques, psycho-stimulants tels que l'alcool, le cannabis, ou le tabac à chiquer), la plupart estimaient qu'ils augmentaient la performance. Une majorité (87,2 %) des répondants disait qu'on ne leur avait jamais proposé de produits pour améliorer la performance. Parmi les 32 personnes à qui l'on avait proposé ce type de produits, 28,1 % s'étaient vus proposer de la créatine.

#### ► Analyse de la sous-population utilisant le tabac fumé

Elle représentait 32 % de l'ensemble, avec 23 % de la population totale ne déclarant utiliser le tabac qu'en situation festive, et 9 % régulièrement. D'autre part, 26 % utilisaient également la chique, 17 % la prise et 17 % le *snuff-dipping*, tandis que 48 % avouaient l'utilisation de cannabis. Les garçons étaient majoritaires (68 %) et pratiquaient essentiellement le ski alpin.

Tous les niveaux de compétition étaient représentés (international : 34,8 %, national : 21,3 % et régional 35,5 %).

#### ► Analyse de la sous-population utilisant le tabac non fumé

Parmi les 478 répondants, 84,73 % se disaient non utilisateur de tabac non

fumé contre 15,27 % qui avouaient l'utiliser :

- de façon récréative et occasionnelle pour 9,62 % d'entre eux ;
- de façon régulière pour 4,39 % ;
- de façon quotidienne pour 1,26 %.

Cette sous-population était très similaire à l'ensemble de la cohorte quant aux caractéristiques générales.

#### • Les utilisateurs de *snuff-dipping*

Schématiquement, les personnes pratiquant le *snuff-dipping* étaient des garçons (78,1 %) âgés en moyenne de 17 ans, originaires de stations de ski (56,0 %) et scolarisés dans un lycée général (58,5 %). Ils vivaient avec leurs deux parents (75,7 %), le chef de famille exerçant une profession libérale (22,5 %), ou étant cadre supérieur (17,5 %), ou enseignant (12,5 %), ou commerçant indépendant (12,5 %).

De même, le sport le plus pratiqué dans cette sous-population de jeunes était le ski (65,9 %), avec un niveau de pratique national (43,6 %) ou international (38,5 %). Il n'y avait pas de différence significative pour le nombre de jours de compétitions par saison et le nombre d'heures d'entraînement par semaine entre les jeunes qui pratiquaient le *snuff-dipping* et ceux ne le pratiquant pas. Les jeunes adeptes du *snuff-dipping* recherchaient, comme les autres également, le plaisir, la performance, les émotions dans le sport. Comme les autres, ils avaient recours principalement aux conseils de leur entraîneur, de leurs parents ou amis. Cependant, ces jeunes étaient plus enclins que les autres à rechercher les

rencontres, les copains ( $p = 0,0172$ ), et étaient plus attachés à la victoire ( $p = 0,0057$ ). Pour eux, le sport constituait plus fréquemment un moyen de gagner leur vie ( $p = 0,0110$ ).

Le sport pratiqué est proportionnellement le plus souvent le ski (58,5 %), à l'image de la population générale, mais les hockeyeurs sont beaucoup plus nombreux (31,7 % contre 7,7 % dans la population étudiée). Les compétiteurs des autres sports sont en proportions identiques.

Les jeunes ayant recours au *snuff-dipping* avaient tendance à davantage fumer ( $p = 0,0013$ ), priser ( $p < 0,0001$ ) et chiquer du tabac ( $p < 0,0001$ ), ainsi qu'à consommer du cannabis ( $p = 0,0062$ ) par rapport aux jeunes ne pratiquant pas le *snuff-dipping*. En revanche, concernant la consommation d'alcool, il n'y avait pas de différence par rapport à la population totale, et 56 % ne fumaient pas.

Un tiers des personnes pratiquant le *snuff-dipping* disait le faire avant une compétition, et deux tiers pour faire la fête.

Une grande majorité des jeunes pratiquant le *snuff-dipping* ne prenait pas de produits stimulants avant la compétition (95,1 %), ni de produits à l'entraînement (88,6 %), ni de produits pour récupérer (92,3 %), et 80 % affirmaient qu'on ne leur avait jamais proposé ce type de produits.

Plus de la moitié (53,7 %) des jeunes de cette sous-population avait au moins un membre de sa famille qui fumait (contre 41,3 % dans l'ensemble

de la cohorte). Davantage de ces jeunes connaissaient quelqu'un dans leur entourage ayant eu des ennuis de santé liés à l'utilisation du tabac ( $p = 0,0234$ ). La consommation de tabac fumé ou non fumé leur semblait également dangereuse (peur de la mort et de la maladie).

**• Les utilisateurs de chique**

Cette sous-population ( $n = 74$ ) ne se différenciait pas non plus de la population générale au niveau de la situation familiale, ou du statut dans l'établissement (interne, demi-pensionnaire, ou externe). Il s'agissait majoritairement de garçons (73 %). Le temps de compétitions ou d'heures d'entraînement dans la semaine était identique.

Par contre, les adeptes de la chique fréquentaient plus volontiers les lycées d'enseignement professionnel que les établissements d'enseignement général. Leur moyenne d'âge était plus élevée (19 ans, année de naissance moyenne : 1986). Ils habitaient plus fréquemment dans les stations de ski (49 %). Le tabagisme de leurs parents était légèrement supérieur à la population générale, mais l'usage du tabac non fumé, dans l'environnement familial, était significativement supérieur par rapport à ceux qui ne l'utilisaient pas : 15 % contre 4,6 % dans la population générale.

Le type de sport pratiqué différait largement de la population générale et restait à l'image de ce qui avait été constaté chez les adeptes du *snuff-dipping* : 23 % de hockeyeurs (contre 7,7 %). Le reste des disciplines était par contre proche :

- 5,4 % de biathlonsiens (6,2 %) ;
- 59,5 de skieurs (60,4 %) ;
- et 12,2 % de skieurs de fond (10 %).

Le niveau de la pratique était plus volontiers élevé :

- 18 % de régionaux (23 % dans la population générale) ;
- 36 % de nationaux (36 %) ;
- et 42 % d'internationaux (35 %).

Par contre, contrairement aux adeptes du *snuff-dipping*, les motivations à la pratique sportive étaient identiques à celles constatées dans la population générale.

**• Les utilisateurs pratiquant la prise**

Pour cette forme de tabagisme, 30 personnes se déclaraient adeptes (68 % de garçons), soit 6 % de la population étudiée. Cette sous-population était composée :

- d'une grande proportion de fumeurs (42 %) ;
- d'utilisateurs de la chique (57 %) ;
- d'utilisateurs du *snuff-dipping* (44 %) ;
- d'utilisateurs du cannabis (60 %).

Le sport pratiqué était essentiellement le ski (77 %) et le hockey sur glace (19 %). Le niveau de pratique était le plus souvent élevé (international : 42 % et national : 39 %).

**► Analyse de la sous-population utilisant l'alcool**

Pour les interrogés, 12,94 % disaient ne jamais en consommer, mais 87,06 % avouaient en consommer :

- 79,12 % occasionnellement ;
- 7,09 % régulièrement ;
- 0,84 % quotidiennement.

**► Analyse de la sous-population utilisant le cannabis**

Dans notre enquête, 19,96 % des jeunes sportifs utilisaient le cannabis, contre 80,04 % jamais. La répartition des utilisateurs était :

- occasionnelle dans 15,34 % des cas ;
- régulière pour 3,36 % ;
- et quotidienne pour 1,26 %.

La consommation se faisait essentiellement sous forme de résine fumée dans un "joint" avec du tabac, principalement (74 %) lors de manifestations festives.

Cette sous-population se caractérisait par une forte propension addictive avec un taux massif de fumeurs (76 %) :

- 33 % d'utilisateurs de la chique ;
- 18 % de prise ;
- et 17 % de *snuff-dipping*.

Au total, 46 % des utilisateurs du tabac non fumé en consommaient. L'alcool était utilisé pour 97 % d'entre eux. On retrouvait :

- 23 % d'utilisateurs de cannabis chez les "chiqueurs" ;
- 18 % chez les "priseurs" ;
- et 17 % chez les "snuffeurs".

Ajoutons qu'ils étaient en somme tous fumeurs de tabac, le cannabis étant massivement utilisé sous forme de joints ou de narguilé (*bang*) conjointement au tabac.

Il s'agissait majoritairement de garçons (74 %), pratiquant surtout le ski alpin (23 %) et le snowboard (20 %), de même que le hockey sur glace (18 %).

**► Le profil sportif**

- 278 étaient inscrits sur les listes des sportifs de haut niveau du MJSVA.
- 51 étaient inscrits sur les listes Espoirs du MJSVA



Les sports collectifs et les disciplines alpines sont plus consommatrices de toxiques que les disciplines nordiques.

Tableau 1 - Comparaison de l'usage de substances psychoactives dans plusieurs études.

Produits	Usage	Escapad 03	Escapad 05	Espad 03	Pôles PACA 02/03	Etude RA 04/05
Alcool	Expérimentation	94,6 %	92,3 %			
	Occasionnel	80,0 %	82,0 %	68,0 %	74,0 %	79,1 %
	Régulier			8,0 %	9,0 %	
	Quotidien		40,0 %			
Cannabis	Expérimentation	50,3 %	49,5 %	32,0 %		
	Occasionnel	32,0 %	28,0 %	47,0 %	28,0 %	15,3 %
	Régulier	6,6 %	9,6 %			
	Quotidien					4,6 %
Tabac	Expérimentation	77,0 %	72,2 %		22,0 %	
	Occasionnel	47,0 %	41,0 %	46,0 %	10,0 %	22,9 %
	Régulier			32,0 %		
	Quotidien					9,0 %

• 52 étaient dans des formations aux métiers de la Montagne.

#### ► Age et scolarité des sportifs

La moyenne d'âge était de 17 ans (minimum : 15 ans ; maximum : 22 ans).

La répartition par établissement se faisait de la façon suivante :

- lycée technologique : 6 ;
- lycée professionnel : 130 ;
- lycée général : 275 ;
- lycée agricole : 68.

La répartition par classe scolaire était la suivante :

- classe de seconde : 106 ;
- classe de première : 130 ;
- classe de terminale : 115 ;
- classe de CAP/BEP : 127 ;
- autres : 1.

#### ► Comparaison avec d'autres études et commentaires (Tab. 1)

Comme le montre l'étude sur les pôles PACA :

- pour l'alcool : la consommation régulière ou quotidienne d'alcool est très fortement moindre que dans la population de jeunes en général, alors que la consommation occasionnelle montre peu de différence ;
- pour le cannabis : la consommation occasionnelle est moindre sur l'enquête qu'en PACA et la consommation quotidienne ou régulière est beaucoup plus faible que chez les jeunes en général.

### CONCLUSION

Cette étude portant sur 480 jeunes sportifs de haut niveau en sports de glisse a permis de décrire l'usage de substances psychoactives multiples, à l'image des sujets de leur âge, mais à un pourcentage inférieur de consommation. Cette population est très hétérogène au regard de la discipline pratiquée. Les sports collectifs et les disciplines alpines étant plus consommatrices de toxiques que les disciplines nordiques.

Elle confirme le rôle protecteur du sport pratiqué dans des structures regroupant des sportifs ayant une pratique intensive de leur activité.

Il faut cependant noter que l'alcoolisation festive se retrouve plus fréquemment que dans la population générale de jeunes.

Mais surtout, elle a permis de confirmer l'apparition de la consommation de tabac non fumé dans des proportions importantes, puisqu'un jeune compétiteur sur cinq déclare utiliser l'une des formes connues d'absorption de cette substance : la chique, le *snuff-dipping* ou la prise. Cette consommation entre dans un contexte de poly-consommations avérées, mais reste assez spécifique d'une population volontiers extravertie, riche en habitudes toxiques et habitant plus volontiers dans les stations de ski, au contact,

donc, des compétiteurs de haut niveau des équipes internationales. Ce véritable "signal" intercepté par l'étude mérite d'être exploré plus avant, en particulier par la "capillarité" qu'il pourrait induire avec la population jeune et non inscrite dans le milieu sportif de haut niveau. ■

### Pour en savoir plus...

1. Beck F., Legleye S., Peretti-Watel P. Pratique sportive et usages de substances psycho-actives. BEH 2003 ;15 : 81-2.
2. Guagliardo V, Peretti-Watel P, Pruvost J et al. Tabac, alcool, cannabis et sport de haut niveau à la fin de l'adolescence, région Paca 2002. BEH 2003 ; 15 : 83-4.
3. Lagrue G, Cormier S, Lebagry F. Nicotine : une substance psycho-active, un produit dopant ? Presse Médicale 1996 ; 16 : 761-2.
4. Lagrue G, Depiesse F, Dupont P et al. Cannabis, tabac et dopage. Entretiens de Bichat, Médecine, septembre 2002.
5. Mathern G, Renaudie F, Parcot D et al. Le tabagisme des jeunes en milieu sportif. La presse médicale de France, à paraître.
6. de Mondenard JP. Nicotine. In: de Mondenard JP, ed. Dictionnaire du dopage : substances, procédés, conduites, dangers. Paris : Masson, 2004 : 825-31.
7. Pruvost J, Depiesse F. Dopage en milieu sportif, approche médico-légale : conséquences sur les prescriptions en rééducation fonctionnelle et en traumatologie sportive. Ann Réadapt Méd Phys 2004 : 47 : 263-73.