



Atelier de fin de subvention Catalyseur : Recherche sur l'alcool visant à orienter les politiques et les interventions en santé

RAPPORT SOMMAIRE

Date : 29 et 30 novembre 2023
Heure : de 11 h à 14 h 30 (HE)

Table des matières

INTRODUCTION.....	3
Aperçu	3
Mise en garde.....	3
QUELQUES RÉSULTATS	4
Répercussions de la consommation d'alcool chez les jeunes.....	4
Blessures physiques et hospitalisations	5
Interventions et traitements.....	6
Évaluations des politiques	8
CONCLUSION	9
Renseignements	10

Introduction

APERÇU

La consommation d'alcool au pays est de plus en plus préoccupante et présente des défis multidimensionnels pour la santé physique et mentale à l'échelle non seulement individuelle, mais aussi collective. Malgré la grande ouverture à l'alcool dans la société, cette substance est néanmoins très préjudiciable à la santé et à la sécurité de la population.

Devant ce constat et le besoin de recherches indépendantes sur le sujet, les Instituts de recherche en santé (IRSC) ont créé la possibilité de financement *Subvention Catalyseur : Recherche sur l'alcool visant à orienter les politiques et les interventions en santé*, avec la contribution financière de la *Stratégie canadienne sur les drogues et autres substances* et de la *Société canadienne du cancer*.

Les *20 projets* ainsi financés ont permis, ensemble, de renforcer la capacité de recherche et d'enrichir les connaissances sur la consommation d'alcool, surtout en ce qui a trait aux répercussions des politiques, des interventions de réduction des méfaits et des déterminants de la santé des populations les plus durement touchées. Les équipes de recherche se sont penchées sur une grande variété de sujets : la polyconsommation, la consommation chez les jeunes et les personnes de diverses identités de genre, les modèles de vente et d'étiquetage, et les politiques comme mesures de prévention du cancer, pour n'en mentionner que quelques-uns.

L'Institut des neurosciences, de la santé mentale et des toxicomanies (INSMT) des IRSC a tenu en novembre 2023 un atelier de fin de subvention réunissant des chercheurs, des responsables des politiques, des fournisseurs de soins de santé, des personnes ayant une expérience concrète et d'autres utilisateurs des connaissances pour discuter des projets de recherche, nouer des collaborations interdisciplinaires et mettre les nouvelles connaissances à profit dans les politiques et les pratiques, et ce, dans le but de réduire les méfaits attribuables à l'alcool au Canada.

Le présent rapport comprend une synthèse des données probantes présentées par les équipes de recherche à l'atelier de fin de subvention et résume les divers points de vue des utilisateurs des connaissances exprimés lors d'un panel et d'une séance de discussion.

MISE EN GARDE

L'information qui suit vise à résumer les propos entendus lors de l'atelier. Toute erreur ou omission est non intentionnelle. Le présent rapport ne doit pas être considéré comme un compte rendu définitif des résultats provisoires des recherches. Pour obtenir l'information la plus récente sur les projets, les lecteurs sont priés de faire un suivi directement auprès des *titulaires de subvention*.

Quelques résultats

Voici une synthèse thématique de certains résultats obtenus par les équipes de recherche.

RÉPERCUSSIONS DE LA CONSOMMATION D'ALCOOL CHEZ LES JEUNES

Rendement cognitif

- Les deux tiers des jeunes canadiens (âgés de 15 à 25 ans) consomment de l'alcool régulièrement. Une consommation fréquente chez les jeunes est associée à un ralentissement des fonctions cérébrales qui peut avoir des conséquences plus graves (p. ex. détérioration du rendement scolaire et de la capacité de travail). Selon les données préliminaires, les adolescents de 13 à 17 ans qui consomment plus fréquemment de l'alcool ont un plus faible quotient intellectuel verbal et sont plus sensibles aux récompenses (un indicateur considéré comme étant un important déterminant du comportement) à 18 ans.
- Même si des liens ont été établis entre la consommation d'alcool chez les jeunes et un rendement cognitif plus faible, il faut poursuivre la recherche pour connaître les facteurs associés à un risque de consommation accru et déterminer si la consommation d'alcool chez les jeunes entraîne une réduction des fonctions cérébrales.

Jeunes de diverses identités sexuelles et de genre

- Les jeunes de diverses identités sexuelles affirment boire davantage lors de moments importants de leur vie (p. ex. rencontres entre pairs, rendez-vous romantiques ou expériences sexuelles). La plupart de ces jeunes considèrent que la consommation d'alcool occupe une place importante dans leur vie sociale et que leur groupe de pairs la banalise souvent.
- Des données probantes suggèrent une plus grande consommation d'alcool chez les jeunes appartenant à diverses identités sexuelles et de genre, et que ces derniers devraient faire l'objet de mesures de prévention (primaire et secondaire) et de traitements ciblés. Ces mesures doivent prendre en compte le plaisir associé à la consommation ainsi que les aspects culturels propres à cette population.
- De plus en plus de données probantes indiquent que la consommation d'alcool, les méfaits liés à la consommation (p. ex. beuveries), les taux plus élevés de méfaits liés à la consommation de substances psychoactives et les problèmes plus prononcés de santé mentale sont beaucoup plus fréquents chez les jeunes transgenres.
- Des résultats préliminaires font état d'une consommation d'alcool plus élevée chez les jeunes transgenres qui sont davantage assujettis au stress des minorités (p. ex. non-affirmation de l'identité de genre, rejet, discrimination, dissimulation de l'identité).

Étudiants de première année à l'université

- Les résultats préliminaires démontrent que les étudiants de première année sont grandement exposés à la culture de l'alcool dans les résidences universitaires. La culture de la consommation et les facteurs sociaux sur les campus (p. ex. normes et problèmes sociaux) influencent la réflexion et les comportements collectifs à l'égard de la consommation d'alcool.

- Il est primordial que les interventions liées à la consommation d'alcool sur les campus comportent plusieurs volets, notamment l'étude des milieux physiques et socioculturels et la mise en place de mécanismes de soutien fiables tels que des ressources favorisant le mieux-être, pour favoriser de saines habitudes chez les étudiants.

Visites à l'urgence

- Les jeunes qui se rendent à l'urgence pour la première fois en raison de problèmes liés à la consommation d'alcool sont trois fois plus susceptibles de mourir dans l'année qui suit que les jeunes dont la visite à l'urgence n'est pas liée à l'alcool. Les jeunes dont la première visite à l'urgence découlant de la consommation d'alcool présente un faible risque sont tout de même plus à risque de mourir.

Hépatite alcoolique

- De 2002 à 2021, il y a eu une forte hausse du nombre d'adolescents et de jeunes adultes ontariens qui ont dû être hospitalisés pour recevoir des soins de courte durée en raison de lésions aux organes découlant de la consommation d'alcool. L'hépatite alcoolique aiguë est à l'origine de la hausse la plus prononcée, soit plus de 500 % au cours de la période à l'étude. Dans les cinq années qui ont suivi leur hospitalisation pour une hépatite alcoolique, 25 % des jeunes adultes sont décédés, et les femmes présentaient un risque d'environ 50 % plus élevé que les hommes de développer une cirrhose.
- Parmi tous les groupes d'âge, c'est chez les adolescents et les jeunes adultes que le nombre de transplantations hépatiques augmente le plus rapidement.
- En Ontario, les modifications apportées à la politique provinciale en matière d'alcool (p. ex. augmentation des ventes d'alcool, vente de produits dans les épiceries) et la pandémie de COVID-19 ont entraîné une augmentation des hépatites alcooliques chez les personnes âgées de 13 à 39 ans.
- Un nombre anormalement élevé d'hépatites alcooliques a été observé chez les adolescents et les jeunes adultes des quartiers défavorisés ou en situation d'instabilité sur le plan du logement.
- Il faut absolument intervenir rapidement à la suite d'une hépatite alcoolique pour éviter le décès prématuré d'adolescents et de jeunes adultes.

BLESSURES PHYSIQUES ET HOSPITALISATIONS

Visites à l'urgence

- Les hommes qui ont dû se rendre à l'urgence pour un problème lié à l'alcool sont plus susceptibles de mourir que les femmes, et le risque de décès est plus élevé chez les personnes de 25 à 29 ans que chez les jeunes de 12 à 18 ans. Chez ces jeunes, le décès résulte le plus souvent d'une intoxication alcoolique, d'une intoxication aux opioïdes ou à d'autres drogues, d'un traumatisme ou de blessures auto-infligées.
- Les visites à l'urgence découlant de la consommation d'alcool sont souvent le premier point de contact dans le système de santé et constituent une occasion importante d'intervenir.

Lésions traumatiques

- Les lésions traumatiques liées à l'alcool touchent principalement les jeunes hommes à revenu modeste vivant en milieu urbain. Les actes de violence contre autrui et les agressions sont les principales causes de ces blessures, suivis par les accidents de la route.
- Les personnes qui présentent un trouble lié à l'usage d'une substance psychoactive avant de subir une blessure liée à la consommation d'alcool continueront probablement de souffrir de ce trouble par la

suite. Il est essentiel de comprendre les cheminements personnels, puisque des études ont démontré qu'une brève intervention à l'hôpital au moment de la blessure peut constituer une bonne mesure de prévention.

Déterminants sociaux de la santé

- Des données préliminaires indiquent que plusieurs déterminants sociaux de la santé sont associés à un risque accru de traumatisme lié à l'alcool, notamment le fait de recevoir des prestations d'aide au revenu, la maternité à l'adolescence et la mauvaise santé de la mère.
- Toujours selon des données préliminaires, les personnes dont un parent a eu des démêlés avec le système de justice pénale seraient plus susceptibles de subir une blessure liée à la consommation d'alcool.
- Les blessures liées à la consommation d'alcool sont plus fréquentes chez les hommes que chez les femmes.

Risque de suicide

- Chaque année, environ 4 500 personnes se suicident au Canada, et on estime que 25 % de ces suicides sont liés à la consommation d'alcool.
- Des études montrent que les suicides sont plus fréquents chez les hommes et les femmes qui souffrent d'un trouble lié à la consommation d'alcool que chez ceux qui ne présentent pas ce genre de trouble.
- Le risque de commettre un suicide augmente au même rythme que la consommation moyenne d'alcool d'une personne. Il semble que ce risque soit plus élevé chez les femmes que chez les hommes. Toutefois, cette observation est fondée sur un petit échantillon de personnes, et il faudra approfondir les recherches pour mieux comprendre ce lien.

INTERVENTIONS ET TRAITEMENTS

Modèle d'accès rapide aux traitements des dépendances

- Le modèle des cliniques d'accès rapide aux traitements des dépendances (RAAM pour Rapid Access Addiction Medicine) repose sur un service proposant des cliniques sans rendez-vous peu contraignantes permettant aux personnes ayant des problèmes liés à l'usage d'une substance psychoactive d'accéder rapidement à des soins fondés sur des données probantes. Les gens qui visitent les cliniques du modèle RAAM présentent de graves problèmes liés à la consommation d'alcool. Non seulement en sont-ils de grands consommateurs, mais ils consomment aussi souvent d'autres substances psychoactives et présentent parfois un problème de santé mentale concomitant.
- Des données préliminaires suggèrent que les services intégrés offerts dans les cliniques RAAM peuvent réduire efficacement les visites de suivi à l'urgence pour les personnes ayant des problèmes de consommation d'alcool ou un trouble associé à la consommation d'alcool (TCA), diminuer la consommation de substances psychoactives chez ces personnes, améliorer la santé mentale et inciter les gens à poursuivre leur traitement.

Modèles de traitements personnalisés

- Pour certaines personnes, les traitements pour lutter contre un trouble lié à la consommation d'alcool sont très efficaces, mais ce n'est pas toujours le cas. Différents facteurs peuvent influencer l'efficacité des traitements pour les TCA, notamment une déficience des fonctions exécutives (p. ex. mémoire opérationnelle, inhibition, attention), des réactions émotionnelles négatives (p. ex. perturbation de

l'humeur, anxiété, stress) et une dominante d'incitation (p. ex. envie irrésistible, besoin d'attention, motivation).

- Des recherches préliminaires ont démontré une amélioration du cheminement des personnes atteintes d'un TCA après 12 semaines de thérapie cognitivo-comportementale (p. ex. diminution du nombre total de consommations, de la fréquence des beuveries et des occasions de consommer par semaine). Toutefois, les résultats individuels varient, et les recherches se poursuivent pour déterminer l'incidence des facteurs individuels sur ces résultats afin de concevoir des traitements plus personnalisés.

Thérapie d'amélioration cognitive pour traiter les premiers stades de la psychose et la consommation d'alcool problématique

- La thérapie d'amélioration cognitive (TAC) est un programme complet composé d'un entraînement cognitif et d'un renforcement des compétences sociales dans le but d'améliorer les fonctions cognitives et les interactions sociales chez les personnes atteintes de psychose. L'usage de substances psychoactives nuit au rétablissement après un épisode psychotique.
- Selon des résultats préliminaires, la TAC aiderait à réduire la consommation d'alcool et faciliterait le traitement des symptômes de psychose difficiles à traiter chez les adolescents et les jeunes adultes qui en sont à leurs premiers épisodes psychotiques et dont la consommation d'alcool est problématique.
- Les participants ont souligné l'utilité des modules de TAC, notamment ceux sur la gestion du stress, la motivation et l'amorce thérapeutique, la régulation des émotions, la compréhension de l'essentiel du message, les pensées autodestructrices, la gestion des critiques et l'adaptation à la maladie mentale. Cela suggère qu'il est possible d'améliorer les symptômes psychotiques en s'attaquant à des problèmes sous-jacents liés à l'anxiété sociale, la motivation et les pensées abstraites. La gestion de la consommation de substances psychoactives serait aussi plus facile en utilisant de nouveaux outils pour gérer le stress et les critiques et favoriser le confort social.

Interventions visant les conducteurs en état d'ébriété

- La plupart des provinces et des territoires appliquent une approche uniformisée dans les cas de conduite avec les facultés affaiblies. Au Québec, ces conducteurs doivent suivre un programme d'intervention fondé sur le degré de gravité du délit. Les conducteurs sont classés par groupe selon qu'ils représentent un risque élevé ou faible en fonction des caractéristiques de leur arrestation et d'autres critères (p. ex. s'il s'agissait d'une récidive). Ils sont ensuite assignés à un programme d'intervention de courte durée ou à un programme intensif.
- Des recherches indiquent qu'un programme d'intervention intensif est plus efficace qu'un programme court pour réduire le risque de récidive après trois et six ans chez tous les conducteurs, quel que soit le niveau de risque.

Personnes âgées

- Les personnes âgées ayant des antécédents d'instabilité résidentielle et d'usage de substances psychoactives doivent avoir accès à des services de soutien souples et complets adaptés à leurs besoins et favorisant leur bien-être, leur autodétermination et leur dignité. Ces services devraient prendre en compte l'âge des gens, leur mobilité et d'autres problèmes d'accessibilité plus fréquents chez les personnes âgées.
- Il est essentiel de mieux former les soignants de personnes âgées ainsi que d'accroître et de renforcer la collaboration générale entre les services, y compris pour le soutien à la transition requis après une hospitalisation.

ÉVALUATIONS DES POLITIQUES

Effets de la COVID-19 sur les ventes et la santé

- Des politiques plus restrictives pour les bars et les restaurants pendant la pandémie de COVID-19 (p. ex. heures d'ouverture limitées, fermetures d'établissements) ont entraîné une diminution des ventes d'alcool et des hospitalisations liées aux intoxications alcooliques. Cependant, l'accès réduit aux magasins de vente au détail d'alcool a aussi entraîné une augmentation des hospitalisations liées à des troubles mentaux, ce qui laisse entendre que l'alcool servirait de mécanisme d'adaptation pour certains.
- Bien qu'il soit peut-être plus facile de réduire la consommation d'alcool et les intoxications en adoptant des politiques rigoureuses visant les bars et les restaurants en situation d'urgence sanitaire, il faudrait peut-être surveiller les effets imprévus possibles de ces restrictions sur la santé mentale.

Disponibilité

- Des résultats ont fait ressortir une corrélation entre l'augmentation de l'âge légal minimum pour consommer de l'alcool et la réduction de la consommation d'alcool chez les jeunes.
- Des liens ont été établis entre les politiques restreignant la disponibilité de l'alcool et une plus faible consommation d'alcool, quoique d'autres recherches soient nécessaires pour évaluer le rapport coût-efficacité de ces mesures.
- Selon certaines données, un meilleur accès aux magasins d'alcool favoriserait une augmentation des visites à l'urgence et des consultations externes liées à la consommation d'alcool. Cette tendance est encore plus évidente chez les personnes qui n'ont jamais été traitées pour un TCA.

Publicité et étiquetage

- Le Canada est un chef de file au chapitre des mises en garde relatives à la santé sur les produits du tabac et, depuis peu, sur ceux du cannabis, mais ce n'est pas le cas pour les produits alcoolisés. Les étiquettes de mise en garde relatives à la santé peuvent s'avérer efficaces pour sensibiliser les consommateurs aux risques de l'alcool pour la santé ainsi que pour réduire les intentions de consommation et les ventes d'alcool par habitant, en particulier chez les femmes.
- Bien qu'elles puissent être un outil efficace pour sensibiliser les gens aux problèmes liés à l'alcool, rien n'indique vraiment que les étiquettes de mise en garde favorisent une réduction de la consommation d'alcool.
- Les campagnes dans les médias de masse et les contre-publicités (messages ou campagnes contestant les publicités traditionnelles) du gouvernement n'ont pas été aussi efficaces que les publicités commerciales pour modifier les habitudes de consommation d'alcool.
- Les résultats de recherche ne s'entendent pas sur l'effet des interdictions de publicité sur la diminution de la consommation d'alcool. Les interdictions complètes pourraient s'avérer plus efficaces que les interdictions partielles en plus d'entraîner une réduction des coûts.

Conclusion

Voici un résumé des grands thèmes qui sont ressortis des présentations de recherche et des échanges des utilisateurs des connaissances lors de l'atelier :

- Les effets néfastes de la consommation d'alcool constituent un problème de santé publique considérable. Aucune autre substance n'entraîne des coûts aussi élevés pour la société canadienne que l'alcool au chapitre des soins de santé. La consommation d'alcool est un facteur de risque associé à divers problèmes de santé comme les cancers, les maladies hépatiques et les décès prématurés. Elle est liée à un grand nombre de visites à l'urgence et d'hospitalisations.
- Il est primordial d'accroître la participation des personnes ayant une expérience concrète de la consommation d'alcool à la recherche, à l'élaboration et à la mise en œuvre des services et des interventions ainsi qu'aux produits et activités de mobilisation des connaissances.
- La pandémie de COVID-19 a entraîné des conditions susceptibles d'entraîner des effets nuisibles à long terme sur les habitudes de consommation d'alcool des Canadiens et Canadiennes.
- Beaucoup de gens, dont des jeunes, consomment de l'alcool pour remédier à un problème de santé mentale. Il faut absolument mettre en place des ressources, des programmes et des services additionnels dans ce domaine.
- La situation unique des jeunes queers et transgenres pourrait nécessiter des interventions particulières. Le besoin de contacts sociaux et d'acceptabilité sociale ainsi que la discrimination et les traumatismes ont une incidence disproportionnée sur les jeunes de la communauté 2LGBTQIA+.
- Beaucoup de jeunes considèrent que la consommation d'alcool est un comportement normal.
- Les habitudes de consommation d'alcool changent au fil du temps. Bon nombre de personnes affirment que la consommation d'alcool augmente à certaines étapes de la vie (p. ex., elle serait particulièrement élevée au moment de la transition vers l'âge adulte). Il est très important d'intervenir pendant ces périodes. Il faut aussi prévoir des interventions précoces et des mesures de prévention supplémentaires.
- Les différences entre les sexes et les genres influencent la consommation d'alcool et ses méfaits.
- Il faut informer les gens, y compris les jeunes, sur les risques associés à l'usage de substances psychoactives pour qu'ils puissent décider de consommer ou non de l'alcool en toute connaissance de cause. Le matériel pédagogique destiné aux jeunes, aux parents et aux enseignants doit comprendre de l'information sur les méfaits possibles de la consommation d'alcool chez les jeunes.
- Un financement durable de la recherche et de la mobilisation des connaissances sur la consommation d'alcool s'impose pour bien en comprendre les effets sur la santé et la sécurité des Canadiens et Canadiennes.

Merci à tous les participants et participantes à cette activité d'échange des connaissances en fin de subvention.

RENSEIGNEMENTS

Le cahier d'information de l'atelier est mis à la disposition du public sur demande. Les demandes peuvent être envoyées au Centre de contact des IRSC, à support-soutien@cihr-irsc.gc.ca.

Vous trouverez [ici](#) de plus amples renseignements concernant la subvention Catalyseur : Recherche sur l'alcool visant à orienter les politiques et les interventions en santé.

Vous trouverez [ici](#) de l'information sur la recherche financée dans le cadre de l'initiative Recherche sur les toxicomanies des IRSC.