# Tabac, alcool et cannabis : la consommation de la population suisse reste stable en 2014

D'après le Monitorage suisse des addictions, la consommation de substances psychoactives est restée assez stable en Suisse. Dans notre pays, une personne sur quatre fume, plus d'une personne sur cinq boit trop souvent de l'alcool ou en trop grande quantité et 3% de la population a consommé du cannabis au cours du dernier mois. Cela correspond à peu près aux résultats de l'année précédente.
Le groupe des adolescents et des jeunes adultes présente la consommation la plus à risque ; ce groupe est donc au cœur des efforts de prévention.

Depuis 2011, le Monitorage suisse des addictions fournit chaque année des chiffres relatifs à la consommation de substances psychoactives. Pour ce faire, des enquêtes téléphoniques sont menées auprès de 11 000 personnes tous les ans. Les données recueillies constituent l'un des piliers des deux nouvelles stratégies nationales, « Addictions » et « Prévention des maladies non transmissibles », qui ont été formulées dans le cadre de l'agenda Santé2020 du Conseil fédéral. Ces données permettent d'élaborer et d'examiner des mesures correspondantes, par exemple la mise en place de plateformes spéciales afin d'optimiser le transfert de connaissances entre les acteurs ou l'exécution de mesures de sensibilisation ciblées pour les groupes à risque.

## Consommation de tabac

La proportion de fumeurs est restée à peu près stable depuis 2011. Un quart de la population suisse fume quotidiennement (24,9 %). Si la consommation quotidienne recule légèrement chez les hommes, leur consommation occasionnelle augmente. Un tiers des personnes n'exerçant pas d'activité lucrative fume chaque jour (33,6 %).

26,6 % du plus jeune groupe sondé (15 à 19 ans) indiquent faire partie des fumeurs. Les jeunes hommes (27,7 %) fument plus souvent que les jeunes femmes (25,4 %).

Un fumeur quotidien consomme en moyenne 13,5 cigarettes par jour. Le risque de cancer augmente avec le nombre de cigarettes ; cependant même une consommation quotidienne limitée accroît le risque de souffrir de maladies cardio-vasculaires et respiratoires, et de mourir prématurément. Les fumeurs perdent en moyenne 14 années de leur vie.

Les personnes qui ont commencé à fumer quotidiennement avant leur 15e année développent ensuite une plus grande dépendance au tabac que celles qui ont commencé après l'âge de 15 ans.

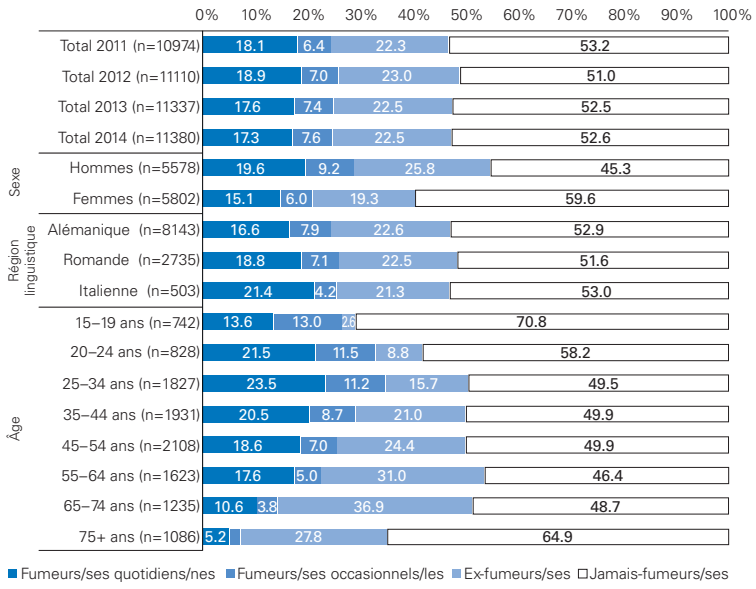
## Cigarettes électroniques

La consommation de cigarettes électroniques est en augmentation en Suisse. En 2014/2015, 14% de la population en a déjà essayé une au moins une fois, contre 6.7% en 2013. La consommation régulière (au moins une fois par semaine) est cependant très faible avec 0.7% de la population concernée, mais en augmentation.

## Consommation d'alcool

La grande majorité de la population suisse boit modérément. Toutefois, plus d'une personne sur cinq (23%) boit trop ou trop souvent, ce qui peut être nocif pour la santé. En effet, une consommation excessive d'alcool peut endommager l'organisme, notamment le foie et les organes digestifs. Même si l'on n'en perçoit pas forcément les effets directs, la consommation d'alcool a des conséquences : la consommation de quatre (pour les femmes) ou cinq (pour les hommes) boissons alcoolisées en l'espace de

Figure 1
**Prévalence de la consommation tabac (2014) – Au total (2011, 2012, 2013 et 2014) et par sexe, par région linguistique et par âge**



plusieurs heures augmente le risque d'accidents, de blessures et de violence.

En 2014, 22% des personnes sondées entraient dans cette catégorie. On observe une légère augmentation principalement chez les jeunes (15 à 19 ans), chez les personnes âgées (64 à 75 ans) et de façon générale chez les femmes.

Une consommation quotidienne supérieure à deux verres d'alcool pour les femmes et à quatre verres pour les hommes est considérée comme une consommation chronique à risque. En 2014, 4,2% des sondés ont indiqué présenter ce schéma de consommation. Ce chiffre est resté stable depuis 2011. Ce sont surtout les 65 à 74 ans qui ont une consommation chronique à risque (8,1%). Plus la quantité d'alcool absorbée augmente, plus s'accroît le risque de souffrir de maladies liées à l'alcool comme le cancer ou la cirrhose du foie.

## Consommation de cannabis

Entre 2011 et 2014, la part des personnes ayant consommé du cannabis dans le mois précédant le sondage est restée stable à environ 3%. Un cinquième de ce groupe consomme de façon intense, c'est-à-dire 20 jours et plus par mois. Dans toutes les catégories d'âge, les hommes consomment du cannabis plus de deux fois plus souvent que les femmes. La consommation des 15 à 24 ans est supérieure à la moyenne : 21% d'entre eux ont consommé du cannabis au moins une fois au cours des 12 derniers mois.

Le cannabis influe sur la capacité de concentration et peut entraîner des troubles de la pensée et une baisse d'énergie. Selon la situation et les prédispositions de chacun, une consommation accrue de cannabis sur une période prolongée peut causer des dépressions, des maladies anxieuses et des troubles de la personnalité. Les risques physiques sont relativement limités ; on constate surtout les effets de la consommation sur les poumons.

## Prendre des mesures pour les jeunes

Les chiffres montrent que pour toutes les substances, ce sont les jeunes qui présentent la consommation la plus à risque. Ils constituent

Figure 2
**Prévalence de la consommation à risque d'alcool (2014) – Total et par sexe, par région linguistique et par âge**

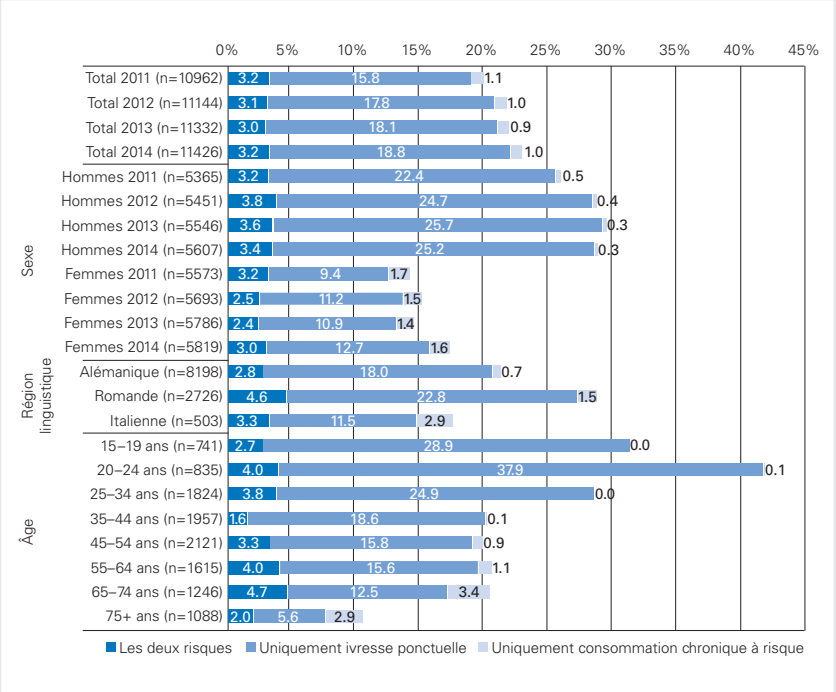
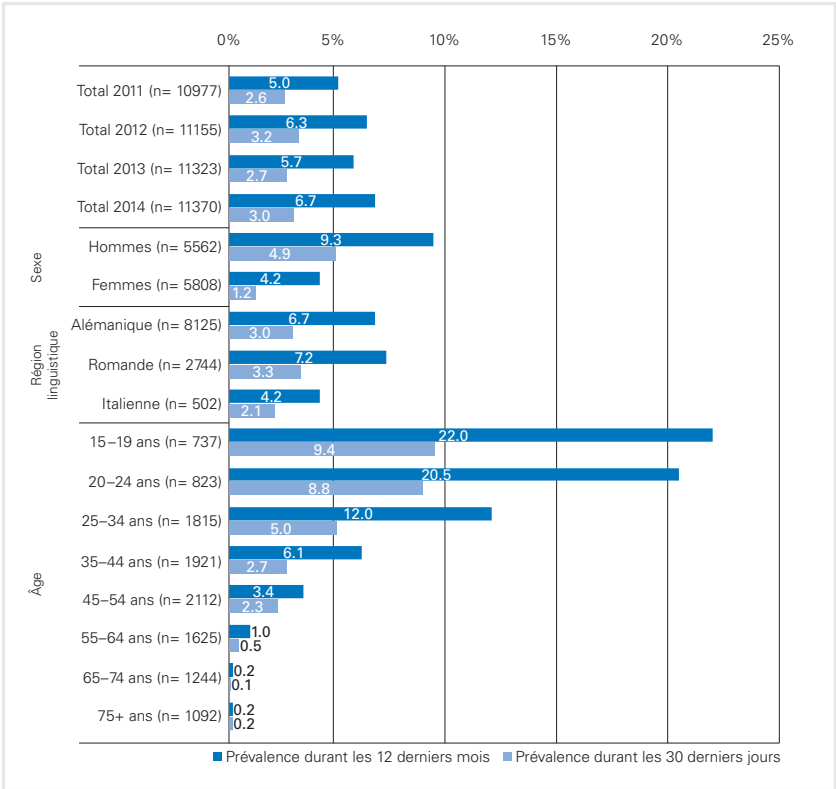



Figure 3
**Prévalence de la consommation de cannabis durant les 12 derniers mois et les 30 derniers jours (2014) – Total et par sexe, par région linguistique et par âge**



**Monitorage suisse des addictions**

Les résultats présentés se basent sur le Monitorage suisse des addictions. Le Monitorage suisse des addictions est un projet de recherche mandaté par l'OFSP qui a pour objectif de collecter des données sur le thème de la consommation de substances psychoactives en Suisse. La récolte systématique et régulière de données comparables et représentatives auprès d' 11 000 personnes chaque année depuis 2011 permet de suivre les évolutions à long terme et de constater des développements et permet ainsi une estimation en temps réel de la question des addictions en Suisse. Outre des chiffres clés concernant les comportements de consommation, des informations complémentaires sont collectées à un rythme moins fréquent qui concernent les sujets suivants: alcool et violence, conséquences sociales de l'addiction, comportement d'achat, utilisation de la cigarette électronique ou état des connaissances au sein de la population des problèmes de santé engendrés par la consommation à risque d'alcool, de tabac ou de drogue. Quatre organes sont chargés de réaliser ce projet : Addiction Suisse, l'Institut suisse de recherche sur la santé publique et les addictions (ISGF, Zurich), l'Institut universitaire de médecine sociale et préventive de Lausanne (IUMSP) et l'Institut d'études de marché et d'opinion (IBSF, Zurich). Des informations plus approfondies ainsi que toutes les publications du Monitorage suisse des addictions se trouvent sur *www.monitorage-addictions.ch*.

un groupe particulièrement sensible : étant donné que leur corps et leur cerveau n'ont pas fini de se développer, les substances psychoactives peuvent occasionner des dégâts importants. Par ailleurs, on sait que les personnes qui ont une consommation à risque alors qu'elles sont jeunes ont plus de chances de devenir dépendantes plus tard.

Ce groupe de personnes, le plus jeune parmi ceux sondés dans le cadre du Monitorage, doit donc faire l'objet d'une attention particulière dans l'optique du développement et du maintien de mesures de prévention éprouvées. Il est essentiel de déterminer de façon précoce si le comportement typique à cet âge (à savoir l'expérimentation) prend une tournure problématique afin que les adolescents et les jeunes adultes reçoivent soutien et conseils de leur entourage et de professionnels. Par ailleurs, nous disposons de lois sur la protection de la jeunesse qui sont axées sur la prévention ; il convient d'assurer leur application. ■

**Contact**
Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la santé publique OFSP
Unité de direction Santé publique