

# Sensibilisation aux addictions



# Sommaire



## 1. Introduction

### a. Définitions

### b. Généralités sur les pratiques addictives en milieu de travail

### c. Réglementation

2. Informations sur les différentes addictions retrouvées en milieu de travail (alcool, tabac, cannabis et autres substances psycho actives : effets sur la santé physique et psychique, conséquences dans le travail

3. Prévention : repérer les signaux d'alerte

4. Comment accompagner un salarié concerné par une ou plusieurs addictions ?

5. Les médicaments

## Qu'est ce qu'une drogue:

**Substance ou produit psychoactif**, d'origine naturelle ou synthétique qui modifie l'état de conscience ou d'améliorer ses performances, ayant un potentiel d'usage nocif, d'abus ou de dépendance et dont l'usage peut être légal ou non ». (Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies - OFDT).

- ▶ Drogues légales (mais usage réglementé) : Tabac, alcool, médicaments psychotropes...
- ▶ Drogues illégales : Cannabis, cocaïne, opiacés (héroïne), LSD, ecstasy



- **Conduites à risque :** consommation ou activités dangereuse(s) mais de manière contrôlée  
→ « *Je consomme mais je peux m'en passer* »
- **Addiction :** consommations ou activités répétée et de manière compulsive  
→ « *Je consomme mais je ne peux pas m'en passer* »
- **Etat de dépendance :** besoin irrépressible et incontrôlable de consommer ou faire  
→ « *Je consomme pour éviter le manque* »

# Généralités sur les pratiques addictives en milieu de travail

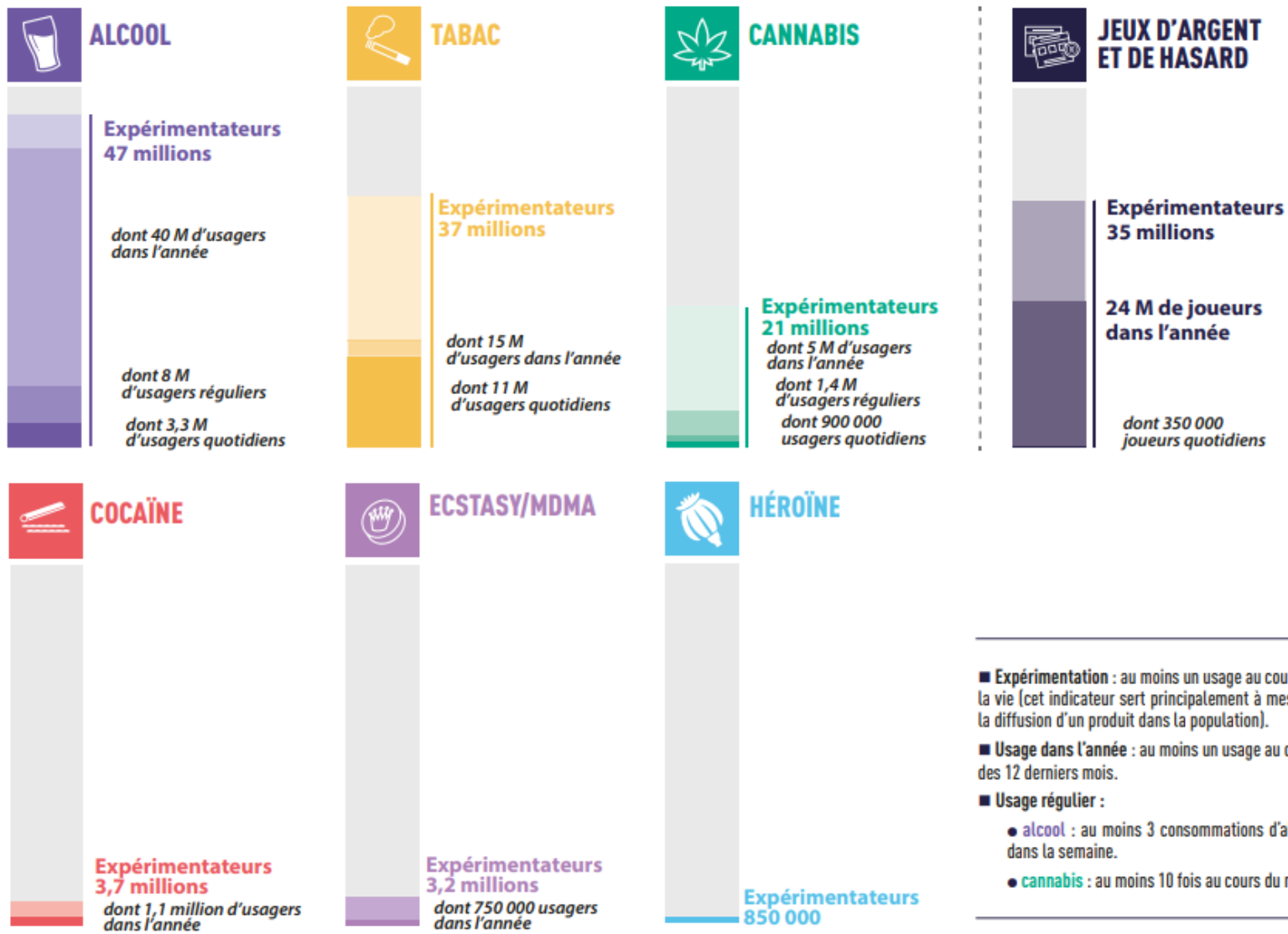
Tous les secteurs d'activité sont concernés par les pratiques addictives et toutes les catégories socio professionnelles



- Origine multifactorielle :
- vie privée (deuil , separation)
- professionnelle (augmentation des rps, travail isolé , horaires atypiques, travail demandant une vigilance accrue , management...)



## Estimation du nombre d'usagers de substances psychoactives parmi les 11-75 ans et du nombre de joueurs parmi les 18-75 ans, en France en 2023



Source : estimations de l'OFDT qui se fondent sur les données les plus récentes issues des enquêtes ESCAPAD (OFDT), EnCLASS (HBSC, ESPAD) et EROPP (OFDT).

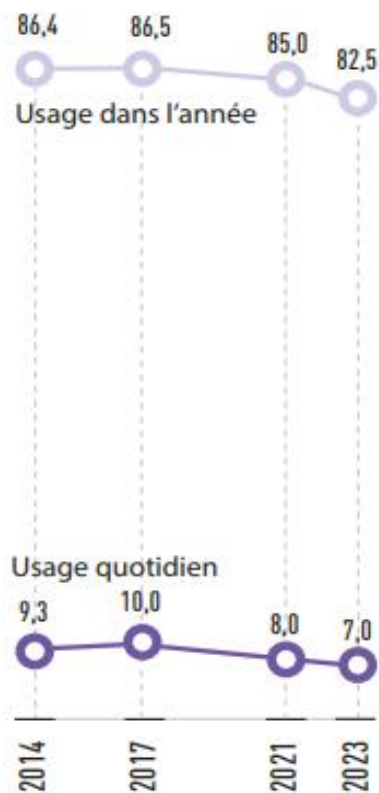
NB : la population française âgée de 11-75 ans est d'environ 52,1 millions (Insee [1]). Les chiffres sont des ordres de grandeur et doivent être lus comme des données de cadrage. Par exemple, le chiffre de 21 millions d'expérimentateurs de cannabis signifie que le nombre d'expérimentateurs se situe vraisemblablement entre 20 et 22 millions.

## Évolution des niveaux d'usage pour les produits les plus consommés, parmi les adultes (en %)



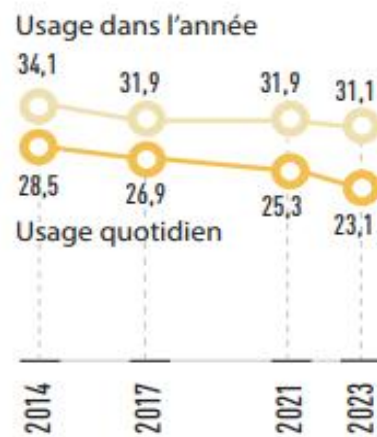
### ALCOOL

82,5 % d'utilisateurs au moins une fois dans l'année en 2023



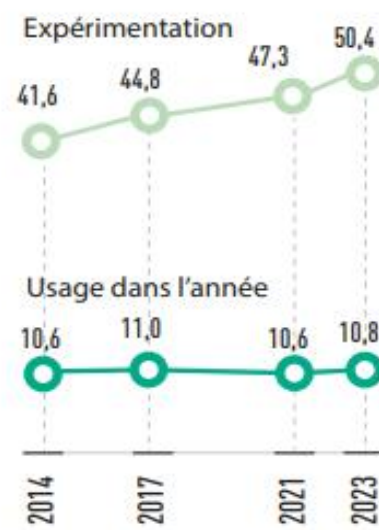
### TABAC

31,1 % d'utilisateurs au moins une fois dans l'année en 2023



### CANNABIS

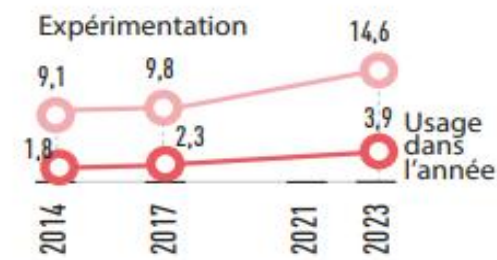
50,4 % d'expérimentateurs en 2023



### AUTRES ILLICITES

14,6 % d'expérimentateurs en 2023

[Cocaine, ecstasy/MDMA, champignons hallucinogènes, LSD, amphétamines, héroïne, crack]



Sources : Baromètre (Santé publique France), EROPP (OFDT)

### Rôle du médecin du travail et du service de prévention et de santé au travail

#### ⚖️ Art. L4622-3 :

Le rôle du médecin du travail est **exclusivement préventif**. Il consiste à **éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail**, notamment en surveillant leurs **conditions d'hygiène au travail, les risques de contagion et leur état de santé**, ainsi que **tout risque manifeste d'atteinte à la sécurité des tiers** évoluant dans l'environnement immédiat de travail.

#### ⚖️ Article L4622-2 :

Les services de prévention et de santé au travail ont pour mission principale **d'éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail**. Ils contribuent à la réalisation d'objectifs de santé publique afin de **préserver**, au cours de la vie professionnelle, un **état de santé du travailleur compatible avec son maintien en emploi**. A cette fin, ils :

- ✓ Conduisent les **actions de santé au travail**, dans le but de préserver la santé physique et mentale des travailleurs tout au long de leur parcours professionnel ;
- ✓ Apportent **leur aide à l'entreprise**, de manière pluridisciplinaire, pour l'**évaluation et la prévention des risques professionnels** ;
- ✓ **Conseillent les employeurs, les travailleurs et leurs représentants** sur les dispositions et mesures nécessaires afin **d'éviter ou de diminuer les risques professionnels, d'améliorer la qualité de vie et des conditions de travail**, en tenant compte le cas échéant de l'impact du télétravail sur la santé et l'organisation du travail, de **prévenir la consommation d'alcool et de drogue sur le lieu de travail**, de prévenir le harcèlement sexuel ou moral, de prévenir ou de réduire les effets de l'exposition aux facteurs de risques professionnels mentionnés à l'article L. 4161-1 et la désinsertion professionnelle et de contribuer au maintien dans l'emploi des travailleurs ;
- ✓ Assurent la **surveillance de l'état de santé** des travailleurs en fonction des risques concernant leur santé au travail et leur sécurité et celle des tiers, des effets de l'exposition aux facteurs de risques professionnels mentionnés à l'article L. 4161-1 et de leur âge ;
- ✓ Participent à des **actions de promotion de la santé sur le lieu de travail** [...]

## Indépendance du médecin du travail dans la prescription d'examens complémentaires

⚖ Article R4624-25 :

*Le médecin du travail peut prescrire les examens complémentaires nécessaires :*

- ✓ *A la détermination de l'aptitude médicale au poste de travail, notamment au dépistage des affections comportant une contre-indication à ce poste de travail ;*
- ✓ *Au dépistage des maladies à caractère professionnel prévues à l'article L. 461-6 du code de la sécurité sociale et des maladies professionnelles [...]*
- ✓ *Au dépistage des maladies dangereuses pour l'entourage.*

## La réglementation



Article L4121-1 du Code du travail : *L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.*

Alinéa premier de l'article L4122-1 du Code du travail :

*[...] il incombe à chaque travailleur de prendre soin, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail.*



Alinéa premier de l'article R4228-20 du Code du travail : *Aucune boisson alcoolisée autre que le vin, la bière, le cidre et le poiré n'est autorisée sur le lieu de travail.*

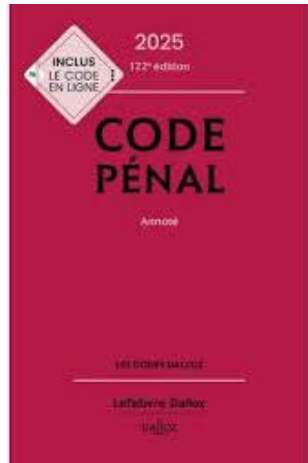
→ **Le règlement intérieur peut prévoir de recourir à des contrôles sur le lieu de travail (alcool et drogues)**

Code de la sante publique:

- interdiction de consommation de stupéfiants et interdiction de fumer sur les lieux de travail (sauf espace dédié)
- interdiction de fumer dans les véhicules de l'entreprise



## La réglementation



Code pénal : interdiction de détention de stupéfiants.

Code de la route : interdiction de conduire un véhicule en ayant fait usage de stupéfiants; interdiction de conduire un véhicule de transport en commun avec une alcoolémie supérieure ou égale à 0,2g/l (même taux pour les jeunes conducteurs) et 0,5g/l pour les autres catégories de véhicule (soit 0,25 mg d'alcool par litre d'air expiré).

Alinéa premier de l'article L121-1 du Code de la route : *Le conducteur d'un véhicule est responsable pénalement des infractions commises par lui dans la conduite dudit véhicule.*



Selon sante publique france

Alcool et drogues sont à l'origine de 20 à 30 % des accidents du travail .

Alcool à lui seul est responsable de 10 à 20% des AT

# Alcool



## Effets de l'alcool

L'alcool passe directement dans le sang en 15 à 60 minutes



Le pic d'alcoolémie est atteint entre **15 à 30 minutes à jeun.**



Le pic maximum d'alcoolémie est atteint entre **45 minutes à 1 heure lors d'un repas**

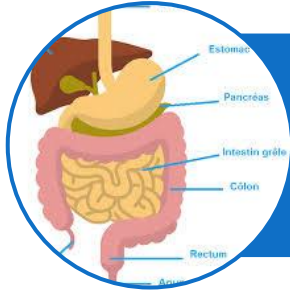


8 à 10 % des salariés sont concernés par un problème d'alcoolisme

**1h**

Il faut **1 HEURE** pour éliminer l'alcool contenu dans un seul verre.

## Effets sur la santé



toxiques pour l'appareil digestif (hépatite, cirrhose, cancer du foie...)



Toxique pour le cœur et le cerveau  
(hypertension artérielle ,AVC...)



Effets psychiques

## Les « doses-bar »

- Mise en pratique : essai avec le verre doseur



10 cl de vin

=



25 cl de bière

=



10 cl de champagne

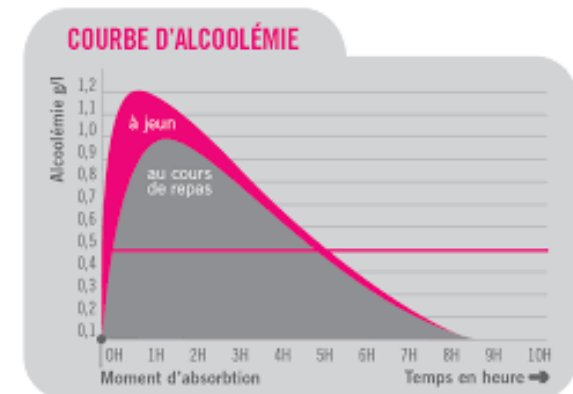
=



3 cl de whisky

**Dosage : 1 unité d'alcool = 0,2 g / litre de sang**

- Mise en pratique : la courbe d'alcoolémie



Exemple du temps minimum nécessaire à l'élimination de 7 verres d'alcool chez un homme de 70 kg.

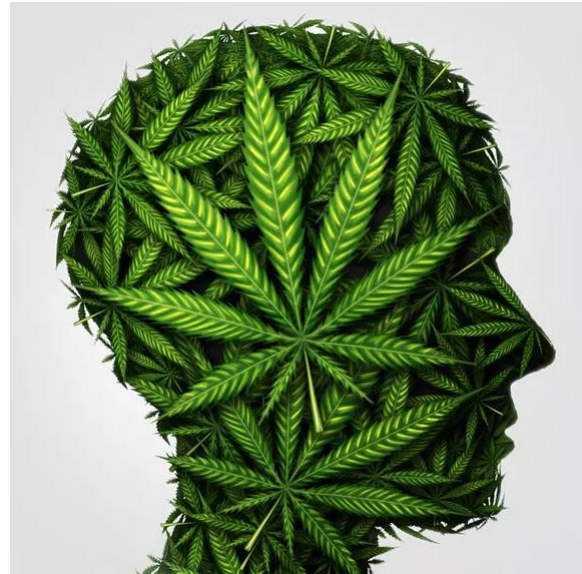
## La conduite sous l'emprise de l'alcool



- **1 sur 3** : c'est le nombre d'accidents mortels causés par l'alcool.
  - On passe à **plus de 1 sur 2** les nuits de week-ends.
- L'alcool procure une **confiance en soi excessive** et **modifie la perception des risques** : allongement des temps de réaction, difficultés à prendre des décisions et à adapter la conduite aux circonstances, troubles de la vision, défaut de coordination et de synchronisation des gestes
- **Mise en pratique : port de lunettes de simulation d'alcoolémie entre 0,5 et 0,8 g / litre de sang**



# Cannabis et autres produits



- C'est le produit illicite le plus largement consommé en France, surtout chez les jeunes (23% des 18-25 ans)
- 6,9% des actifs consomment du cannabis au cours de l'année



- Les effets recherchés :
- Un état de détente, de bien-être, d'euphorie
- Une modification des perceptions (par exemple, sensation de mieux entendre la musique). Les émotions et les sentiments sont décrits comme ressentis plus intensément.



- Le **cannabis** entraîne une **somnolence**, **ralentit la coordination des mouvements**, **allonge le temps de réaction** et **diminue les facultés visuelles et auditives** ;

- **L'ecstasy** masque la sensation de fatigue et **altère les capacités mentales**, donne l'impression trompeuse que l'on est maître de soi et de sa conduite, et favorise un comportement irrationnel au volant ;



- La **cocaïne** suscite une **conduite agressive** associée à des **erreurs d'attention** ou de jugement pouvant aller jusqu'à la perte de contrôle du véhicule ;

- Les **opiacés** provoquent une **baisse de l'attention**, altèrent la capacité à décider rapidement et de façon adaptée, et réduisent la conscience du danger et des obstacles ;

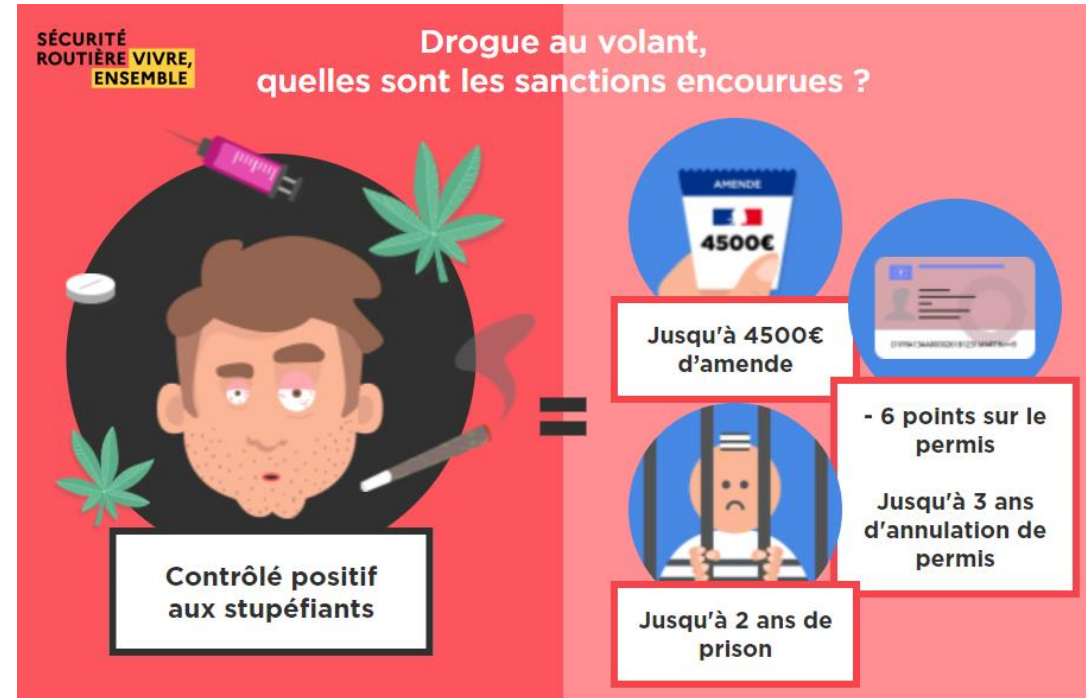


## Les effets et sanctions en cas de consommation de drogues

- La conduite sous l'emprise du **cannabis multiplie par 1,65** le risque d'être responsable d'un **accident mortel**.
- **Un accident mortel sur cinq** implique un conducteur positif aux stupéfiants. Cette part passe à un accident sur trois, la nuit au cours des week-ends.

SÉCURITÉ ROUTIÈRE VIVRE, ENSEMBLE

### Drogue au volant, quelles sont les sanctions encourues ?



Contrôlé positif aux stupéfiants

Jusqu'à 4500€ d'amende

Jusqu'à 2 ans de prison

- 6 points sur le permis

Jusqu'à 3 ans d'annulation de permis

## Durée de positivité des drogues dans l'organisme

Drogue	Substances recherchées	Milieu de détection (seuil)*	Durée de positivité
Cannabis	delta-9-THC (THC) 11-carboxy-THC (THC-COOH)**	Sang	- THC : 2 à 8 heures - usage intensif et quotidien : jusqu'à 1 mois après l'arrêt de la consommation - THC-COOH : jusqu'à 72h
		Urine (50 ng/ml)	- usage occasionnel : 3 à 5 jours - usage régulier : 30 à 70 jours
		Salive (15 ng/ml)	- usage occasionnel : 6 à 8 heures - usage intensif et quotidien : jusqu'à 24h, voire jusqu'à 8 jours
Cocaïne et crack	benzoylecgonine	Sang	quelques heures (< à 24 heures)
		Urine (300 ng/ml)	- usage occasionnel : 2 à 4 jours - usage intensif et quotidien pendant plusieurs mois : 10 à 14 jours
		Salive	jusqu'à 24 heures
Codéine	morphine	Sang	jusqu'à 8 heures
		Urine	entre 24 et 48 heures
		Salive	entre 9 et 12 heures
Ecstasy - MDMA	MDA	Sang	jusqu'à 8 heures
		Urine	jusqu'à 72 heures
		Salive	jusqu'à 12 heures

## Drogues et alcool au volant



Le cocktail drogues/alcool **multiplie par 29** le risque d'avoir un accident mortel.

- Parmi les conducteurs positifs aux stupéfiants impliqués dans un accident mortel, **la moitié présente également un taux d'alcool supérieur à 0.5 g/l.**

**SÉCURITÉ ROUTIÈRE VIVRE, ENSEMBLE**

**Drogue au volant, quelles sont les sanctions encourues ?**

**Contrôlé positif aux stupéfiants + alcool**

**Jusqu'à 9000€ d'amende**

**Jusqu'à 3 ans de prison**

**- 6 points sur le permis**

**Jusqu'à 3 ans d'annulation de permis**



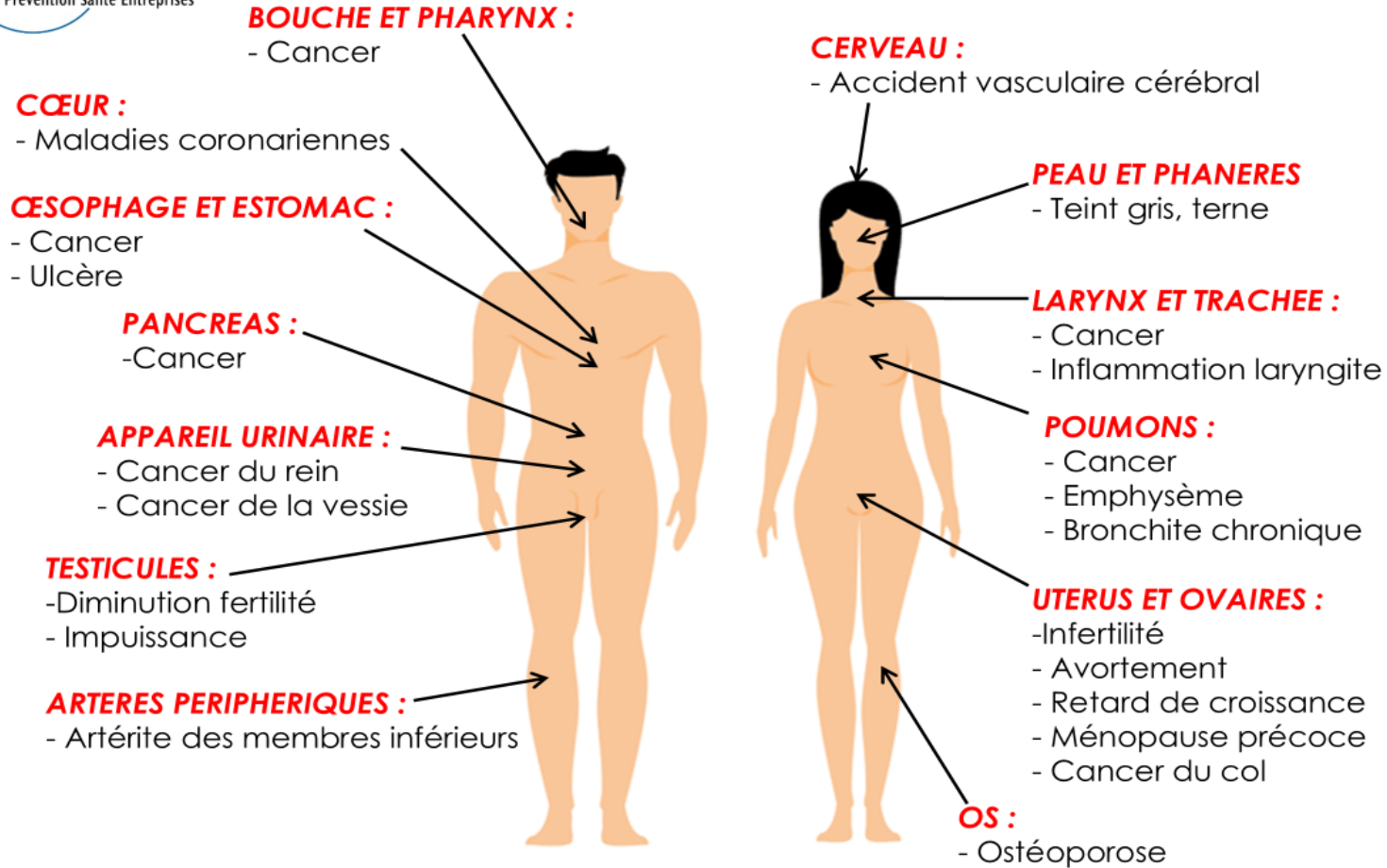
Une cigarette contient en moyenne plus de 4000 substances toxiques dont 50 cancérigènes. La principale substance est la nicotine qui entraîne une dépendance.

# Dépendance au tabac

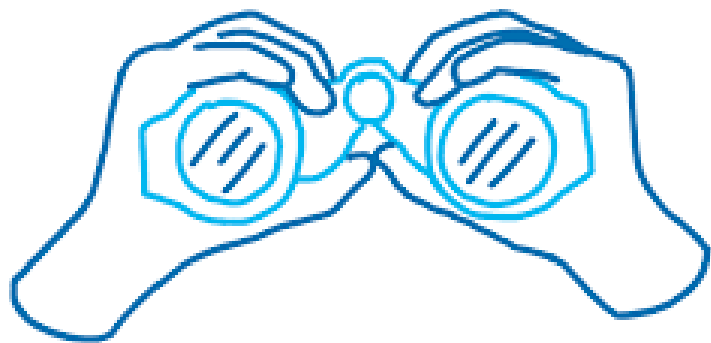
- **La dépendance physique :**  
Liée à la présence de nicotine dans le tabac qui procure une sensation de bien-être
- **La dépendance psychologique :**  
Action anxiolytique et antidépressive de la nicotine
- **La dépendance comportementale :**  
Liée à l'habitude – réflexe conditionné



# Quels sont les risques ?



# Repérer les signaux d'alerte



# Signaux d'alerte : la consommation d'alcool

## Ivresse : signes extérieurs détectable



- Difficultés d'expression
- Agitation verbale ou physique
- Difficultés d'équilibre
- Haleine caractérisée

## Alcoolisation chronique



- Diminution de l'efficacité professionnelle
- Baisse de la motivation et des capacités d'apprentissage
- Baisse des réflexes, mémoire et concentration
- Augmentation des erreurs et des dégâts matériels

## Altération du comportement



- Absences courtes et répétées. Conduite dangereuse
- Manque de confiance en soi et fuite des responsabilités.
- Troubles de l'humeur: irritabilité, agressivité

## Signaux d'alerte : la consommation de drogues



### Signes physiques :

- Somnolence
- Tremblements
- Yeux rouges, pupilles dilatées
- Mauvaise coordination des mouvements
- Yeux cernés
- Perte de poids
- Refroidissements et toux à répétition



### Signes émotionnels et sociaux :

- Sautes d'humeur, excitation, colère, hostilité, dépression
- Perte de motivation
- Manque d'intérêt pour la vie quotidienne
- Absentéisme

# Comment accompagner un salarié concerné par une ou plusieurs addictions ?



## Situation d'urgence : la démarche à appliquer en entreprise



Le salarié est retiré de son poste de travail  
Il est accompagné dans un lieu protégé  
Il reste sous surveillance



Contactez le 15: le médecin régulateur du SAMU  
Réaliser un diagnostic de l'état de santé du salarié par téléphone  
Définir avec vous les modalités de prise en charge du salarié



Informez le médecin du travail et l'interrogez sur les suites à donner

# Médicaments



Les hypnotiques, anxiolytiques, antidépresseurs et neuroleptiques sont des médicaments psychotropes qui ont une action sur le système nerveux central. Ils permettent d'atténuer ou de faire disparaître les troubles du sommeil, l'anxiété, la dépression...

La consommation de médicaments psychotropes en France est l'une des plus importantes d'Europe.

Ils sont reconnaissables grâce à un pictogramme décliné en 3 couleurs (jaune, orange, rouge).

# L'impact de la prise de médicaments



- Certains médicaments ont une incidence directe sur votre aptitude à conduire. Prenez connaissance du pictogramme sur la boîte de médicaments.
  - **Niveau 1** : Il n'y a pas de contre-indication formelle, mais des conseils de prudence doivent vous être prodigués.
  - **Niveau 2** : contre-indication pour les conducteurs professionnels ; dans ce cas, le médecin doit vous délivrer un arrêt de travail.
  - **Niveau 3** : Incompatibles avec la conduite.



## Pour vous faire accompagner...



- Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie
  - 19 rue Delorme, 03000 MOULINS
  - 04 70 44 91 20
  - [Csapa.moulins@addictions-france.org](mailto:Csapamoulins@addictions-france.org)

- Drogues Info Service : au **0 800 23 13 13**, tous les jours de 8h à 2h



- Alcool Info Service : au **0 980 980 930**, tous les jours de 8h à 2h