

Abstract - Groupe n°24

Nouveaux visages des addictions : au-delà des usages conventionnels, comprendre les mésusages des benzodiazépines chez l'adolescent

Noah Battilana, Elton Gueritz, Bénédict Jeckelmann, Lydie Kassighian, Mario Sofia

Introduction

Aux Etats-Unis, **près d'un adolescent sur deux** ayant reçu une prescription d'hypno-sédatifs ou d'anxiolytiques, tels que les **benzodiazépines**, rapportent en avoir fait un mésusage avant l'âge de 18 ans, selon une étude publiée en 2025 [1].

Le mésusage de médicaments est défini comme tout usage hors indications du fabricant ou du prescripteur [2]. La littérature souligne que ce phénomène chez les adolescents est fréquemment associé à des troubles psychiatriques (anxiété, dépression) et à la consommation combinée à d'autres substances psychoactives, comme l'alcool ou les opiacés. Ces mésusages peuvent entraîner des complications aiguës, voire mortelles, surtout en cas de polymédication, comme une dépression cardiorespiratoire, des troubles cognitifs ou une altération de l'état de conscience [3]. Au-delà de la sphère médicale, il y a des répercussions sur la vie relationnelle et sociale des jeunes, notamment une déscolarisation accrue, une diminution du sport et une hausse des interactions avec les autorités [4]. Une fois le mésusage établi, le développement d'une dépendance rend le sevrage difficile.

La Suisse applique la politique des quatre piliers (prévention, traitement, réduction des risques, répression), notamment via la régulation des prescriptions, les interventions médico-sociales, les prises en charge spécialisées en addictologie adolescente et les organismes comme Addiction Suisse ou InfoDrog. Cependant, la littérature est majoritairement anglo-saxonne. En Suisse romande, bien que le sujet soit jugé préoccupant, il demeure insuffisamment étudié : les données épidémiologiques sont rares, le suivi des mésusages est peu documenté et les profils sociologiques des jeunes concernés restent mal caractérisés. Les coûts sociaux et financiers sont également difficiles à estimer mais pourraient constituer un fardeau croissant pour le système de santé. C'est dans ce contexte que nous avons choisi d'explorer le mésusage des benzodiazépines chez les adolescents (12 à 19 ans) en Suisse romande.

Méthode

Ce travail vise à analyser et catégoriser les mésusages en comparant les données issues de la littérature (principalement sur PudMed) avec celles obtenues lors de douze entretiens semi-structurés avec des professionnels du terrain local. Ces entretiens couvrent deux ou trois de nos trois axes de recherche : Accès, Motivation et contextes d'utilisation, Effets perçus. Nous avons sélectionné trois intervenant.e.s sociaux.ales (Fondation REPER, Action jeunesse régionale, SeJAC), une intervenante socio-sanitaire (Fondation AACTS), un accueil pour adolescentes (FondAcAd), une psychologue en addictologie (Fondation Phénix), un toxicologue (CURML), une pédopsychiatre en addictologie (unité DEPART, CHUV), un psychiatre effectuant un projet de recherche en addictologie (UNIL), une médecin scolaire associée à un gymnase, un représentant de la GREA et un historien de la médecine (IHM, CHUV)

Résultats

Les entretiens réalisés montrent que l'utilisation des benzodiazépines par les adolescents se distingue en deux groupes ; une consommation dans un contexte festif, récréatif, avec la motivation de faire sa propre expérience et faire comme les autres. Le deuxième groupe utilise cette substance pour pallier une souffrance psychique liée à l'angoisse et à l'anxiété. Les adolescents se tournent vers les benzodiazépines en automédication afin de répondre d'eux-mêmes à leur besoin de bien-être et de sérénité. Les interviewés ont relevé que l'origine de cette anxiété peut se retrouver dans la pression de la réussite scolaire, dans un isolement de plus en plus marqué aujourd'hui, dans l'éco-anxiété, dans des difficultés familiales ou dans des traumatismes. De plus, d'autres motivations sont ressorties tels que le besoin d'aide à l'endormissement et la recherche d'un effet euphorisant. Les entretiens ont mis en lumière l'accès très facile pour ces jeunes à ce médicament grâce à la pharmacie familiale, avec ou sans l'accord des parents, au travers des réseaux sociaux, qui est une forme de *deal*, et par les pairs sous prescriptions.

Ils ont peu conscience des risques car ils reconnaissent cette substance comme un médicament, produit par l'industrie pharmaceutique, ce qui nourrit un sentiment de fausse sécurité. Les possibles conséquences sont un isolement social, un décrochage scolaire, des problèmes de concentration, des comportements agressifs, une difficulté avec l'autorité et une augmentation de la résistance du corps à la substance, nécessitant d'augmenter les doses pour obtenir le même effet (tolérance). Les facteurs protecteurs sont l'insertion professionnelle ou scolaire, être entouré d'amis et avoir un bon cadre familial où des balises et des garde-fous sont instaurés sainement. La présence parentale et le cadre offrent une protection à l'adolescent. La zone préfrontale du cerveau impliquée dans l'anticipation et la prise de conscience des risques n'est pas encore mature avant l'âge de 25 ans, rendant les adolescents plus enclins à la prise de risques et à l'addiction.

Discussion et conclusion

Ce qui ressort de notre travail de recherche, c'est que les jeunes consomment les benzodiazépines principalement dans un contexte d'automédication, pour soulager un mal-être psychologique tel que l'anxiété ou des conflits relationnels. L'autre utilisation principale de ces médicaments est dans le cadre festif avec ces notions de curiosité et d'expériences qui prédominent à un âge où l'adolescent est en quête de sa propre identité. Ces deux motivations de consommation se retrouvent autant dans la littérature que dans les entretiens réalisés. Avec un nombre d'adolescents consommant des benzodiazépines en constante augmentation, il serait nécessaire que le système de santé suisse se penche sur le sujet pour freiner cette nouvelle tendance. La recherche d'articles au sujet du mésusage des benzodiazépines en Suisse romande a révélé un fossé entre le nombre d'études effectuées en Europe et Amérique du Nord. Lors des entretiens, les intervenants évoquaient également ce manque d'intérêt flagrant de la société suisse à ce sujet. Un premier axe d'amélioration serait de commencer à mener des études sur ce thème pour mieux comprendre ce phénomène.

Comme deuxième point, les interviewés suggéraient de revoir la formation des médecins au sujet des benzodiazépines car un grand nombre de praticiens en prescrivent trop facilement en première intention ou au-delà du temps recommandé pour éviter une dépendance. Ces prescriptions inadéquates augmentent le risque de disponibilité dans la pharmacie familiale et de détournement vers le marché noir. La littérature [5] propose d'autres initiatives comme l'autorisation du drug checking pour les mineurs, un dispositif qui leur offre une analyse anonyme de la composition chimique de la substance consommée. Le drug checking permet donc de réduire les risques liés à la consommation, surtout lors d'acquisition via le marché noir. Certaines études mentionnent le souhait de renforcer des structures sociales comme les jeunesse ou le travail avec les pairs pour toucher l'entièreté de la population cible. Bien que ce travail se focalise sur les jeunes, ce problème va au-delà et touche également de nombreux adultes, ce qui pourrait être la source d'une augmentation de la prévalence d'invalidité dans la population suisse en raison des nombreux effets négatifs du mésusage des benzodiazépines à long terme.

Références

1. Bushnell G, Lloyd K, Olfson M, Gerhard T, Keyes K, Cerdá M, Hasin D. Nationwide trends in diagnosed sedative, hypnotic or anxiolytic use disorders in adolescents and young adults enrolled in Medicaid: 2001-2019. *Addiction*. 2025 May;120(5):951-961. DOI: 10.1111/add.16749.
2. National Collaborating Centre for Mental Health (UK). Drug misuse; psychosocial interventions. Leicester (UK) : British Psychological Society ; 2008 [cité le 30 juin 2025]. Disponible à : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK53217>
3. Votaw VR, Geyer R, Rieselbach MM, McHugh RK. The epidemiology of benzodiazepine misuse: A systematic review. *Drug Alcohol Depend*. 2019 Jul 1;200:95-114. DOI: 10.1016/j.drugalcdep.2019.02.033
4. Liu S, O'Donnell J, Gladden RM, McGlone L, Chowdhury F. Trends in Nonfatal and Fatal Overdoses Involving Benzodiazepines - 38 States and the District of Columbia, 2019-2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2021 Aug 27;70(34):1136-1141. DOI: 10.15585/mmwr.mm7034a2
5. Bachmann A, Galgano L, Guillaume M. Consommation de médicaments et consommation mixte chez les jeunes: analyse de la situation et des besoins et recommandations [En ligne]. Berne: Infodrog; 2022 [cité le 24 juin 2025]. Disponible : https://www.infodrog.ch/files/content/fffr/Consommation_de_medicaments_et_mixte_chez_les_jeunes.pdf

Mots-clés

Benzodiazepines, Teen, Drug misuse, Consequences of benzodiazepine misuse

30.06.2025

Ados et Benzos :

au-delà des usages conventionnels, comprendre les mésusages de l'adolescent en Suisse Romande

Noah Battilana, Elton Gueritz, Bénédict Jeckelmann, Lydie Kassighian, Mario Sofia

Introduction :

Les benzodiazépines sont des anxiolytiques indiqués à court-terme pour l'anxiété, le stress et les troubles du sommeil avec un fort risque de dépendance physique. Pourtant, sa prescription ainsi que son mésusage n'ont fait qu'augmenter, notamment parmi les adolescents. Ces derniers représentent une population vulnérable avec plusieurs facteurs de risque à la fois développementaux et comportementaux, ce qui soulève des questionnements de santé communautaire.

! Les troubles anxieux chroniques sont comptés parmi les premières causes d'invalidité en Suisse !

"On voit la consommation comme le symptôme d'une vulnérabilité sociale, psychologique et sanitaire"

-Travailleur social

Résultats :

Effet anxiolytique/sédatif
Euphorie
Apaisement

Accidents
Vulnérabilité physique
Comportements à risque

! Dépendance
Sonnolence
Perte de connaissance
Baisse de l'état de conscience
Problèmes d'expression

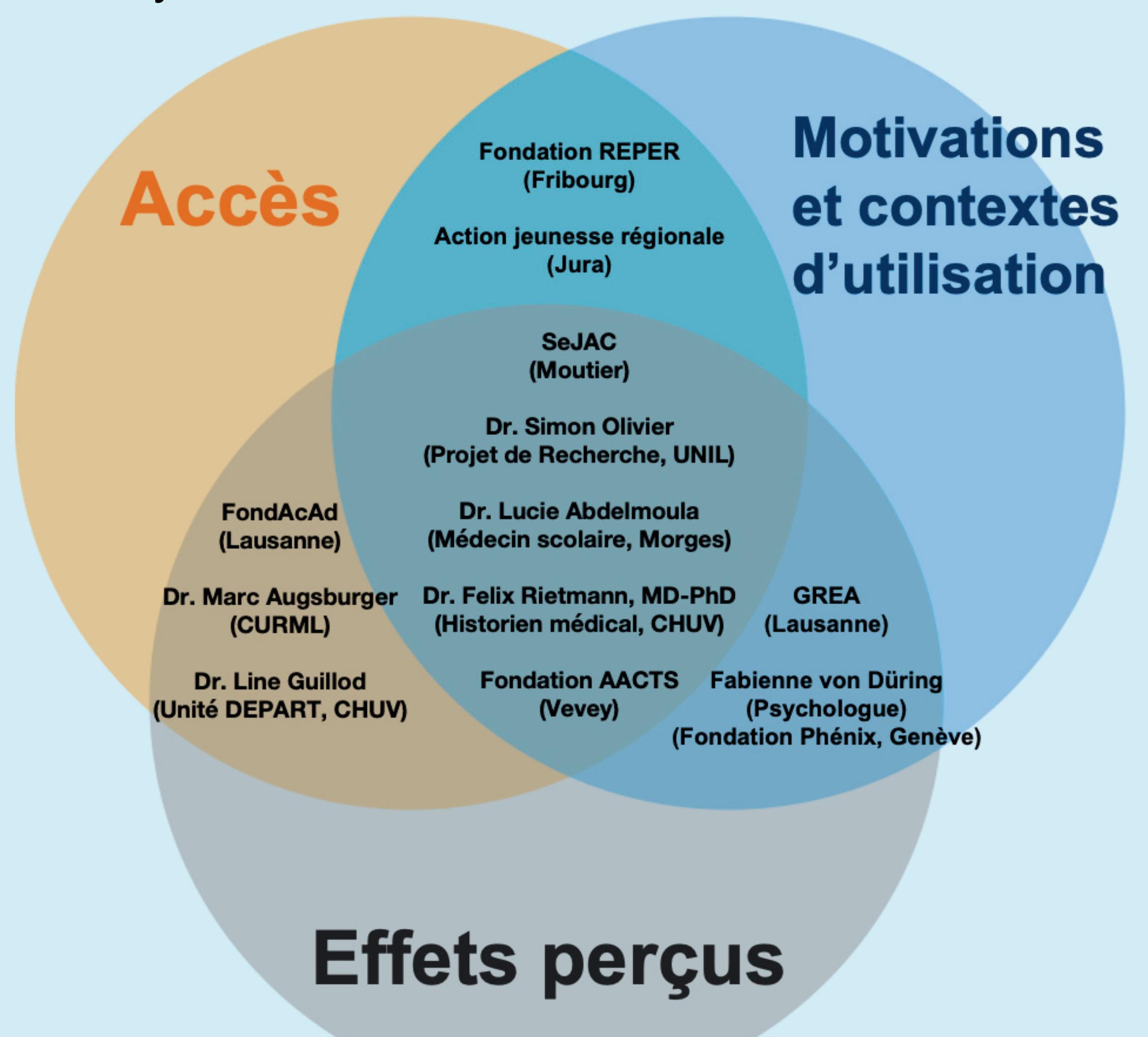
- 2 principales motivations :
- Evasion d'un mal-être (Automédication)
 - Usage récréatif/festif, recherche de sensations (Expérimentation)



Prescription personnelle
Pharmacie familiale
Marché noir

Méthode :

- Recherche qualitative
- Revue de la littérature (Pubmed, Google Scholar)
- 12 entretiens semi-structurés
- Analyse des résultats



Facteurs de risque :

- Polymédication
- Difficultés familiales
- Pression scolaire
- Isolement social
- Problèmes de santé mentale (dépression, anxiété, troubles du sommeil)
- Fréquentations à risque
- Peu de perspectives d'avenir
- Insécurité financière
- Immaturité du cortex préfrontal adolescent (prise de risques, impulsivité)



Facteurs de protection :

- Cadre familial protecteur
- Entourage non-consommateur
- Perception de la nature chimique des benzodiazépines
- Perception comme un médicament pour personnes âgées
- Accès aux soins



Discussion :

Limites :

- Limites structurelles et infrastructurelles
- Manque d'études sur le sujet
- Pénalisation et stigmatisation
- Cadre réglementaire peu appliqué et ambigu
- Risques peu conscientisés et sujet encore trop invisibilisé auprès du grand public et des jeunes à risque
- Palliation d'un manque d'accès aux soins par l'automédication

références :

- Bushnell G, Lloyd K, Olson M, Gerhard T, Keyes K, Cerdá M, Hasin D. Nationwide trends in diagnosed sedative, hypnotic or anxiolytic use disorders in adolescents and young adults enrolled in Medicaid: 2001-2019. *Addiction*. 2025 May;120(5):951-961. doi: 10.1111/add.16749. PMID: 36844019; PMCID: PMC1986281.
- McHugh RK, Votaw VR, Bogunov O, Karakula SL, Griffin M, Weiss RD. Anxiety sensitivity and nonmedical benzodiazepine use among adults with opioid use disorder. *Addict Behav*. 2017 Feb;65:283-288. doi: 10.1016/j.addbeh.2016.08.020. Epub 2016 Aug 18. PMID: 2757990; PMCID: PMC5140702.
- Votaw VR, Geyer R, Resnick MM, McHugh RK. The epidemiology of benzodiazepine misuse: A systematic review. *Drug Alcohol Depend*. 2019 Jul 1;200:95-114. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2019.02.033. Epub 2019 May 7. PMID: 31121495; PMCID: PMC6638084.
- Carrasco-Gómez P, Hernández-Barrios V, Jiménez-Trujillo I, Linares-Florence L, Gallardo-Pino C, Yeaman S, Palacios-Certa D. Trends in the nonmedical misuse of benzodiazepines and Z-hypnotics among school-aged adolescents (2016-2021): gender differences and related factors. *Child Adolesc Ment Health*. 2024 Nov;29(4):345-354. doi: 10.1111/camh.12716. Epub 2024 May 22. PMID: 36778447.
- Lu S, O'Donnell J, Gladden RM, McElroy L, Chowdhury F. Trends in Nonfatal and Fatal Overdoses Involving Benzodiazepines - 38 States and the District of Columbia, 2019-2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2021 Aug 27;70(34):1136-1141. doi: 10.15585/mmwr.mm7034z2. PMID: 34437522; PMCID: PMC939388.
- Bachmann A, Gallego L, Guillaume M. Consommation de médicaments et consommation mixte chez les jeunes : analyse de la situation et des besoins et recommandations [En ligne]. Berne: Infodrog; 2025 [cité 25 juin 2025]. Disponible sur : https://www.infodrog.ch/files/content/ff-fr/Consommation_de_medicaments_et_mixte_chez_les_jeunes.pdf

Horizons :

- Renforcer les facteurs de protection individuels et collectifs
- Limiter les facilités d'accès
- Développer le travail en réseau trans- et pluridisciplinaire
- Former des spécialistes cliniques adaptées
- Développer le pouvoir d'agir des jeunes et promouvoir la prévention par les pairs
- Travailler sur les conditions et l'environnement des jeunes

Conclusion :

La facilité d'accès, le manque de sensibilisation et la vulnérabilité des adolescents favorisent le mésusage des benzodiazépines. Ce travail nous a fait prendre conscience de la nécessité d'une approche bio-psycho-sociale d'une part, en travaillant sur les déterminants sociaux de la santé, et de l'autre d'une volonté politique pour palier l'absence d'études et de personnels formés.

La compréhension des types de mésusage de benzodiazépines chez les adolescents permet non seulement de répondre à leurs besoins mais aussi d'agir en amont pour limiter les comportements à risque.

Remerciements :

Nous tenons à remercier tout.e.s les intervenant.e.s et en particulier notre tutrice Dr. Léonore Diezi.

Mots-clés : "Benzodiazepines"; "Teen"; "Drug misuse"; "Consequences of benzodiazepine misuse"; "Benzodiazepine misuse in teens"

Contacts : noah.battilana@unil.ch, elton.gueritz@unil.ch, benedict.jeckelmann@unil.ch, lydie.kassighian@unil.ch, mario.sofia@unil.ch