

SURF - INFO

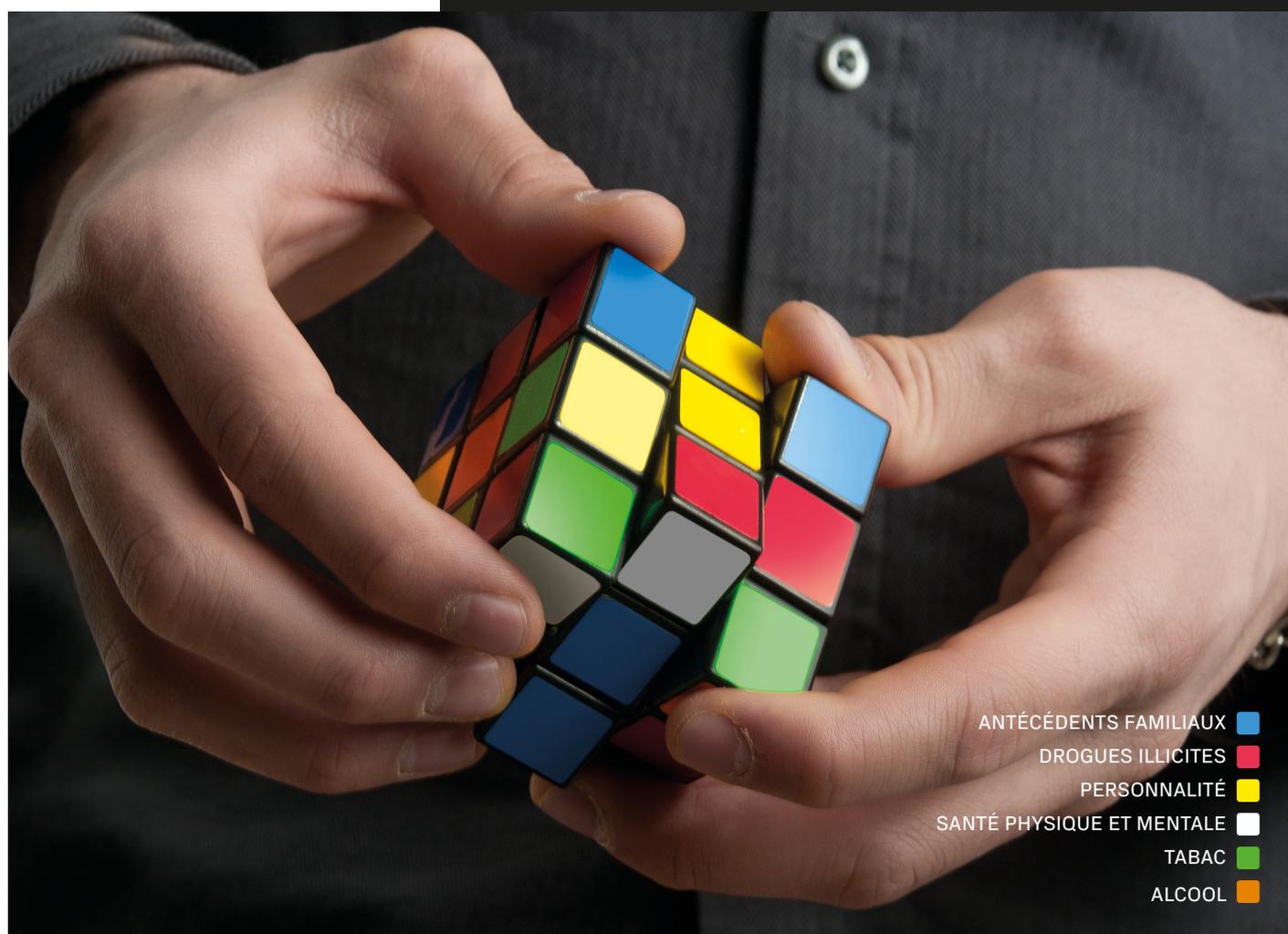
LETTRE D'INFORMATION DESTINÉE
AUX PARTICIPANTS À L'ÉTUDE C-SURF



**PROBLÈMES
AVEC LES JEUX VIDÉOS**
LES SYMPTÔMES
DÉPRESSIFS ET LES
CONSÉQUENCES SOCIALES

**CONSOMMATION
DE SUBSTANCES**
ALCOOL, TABAC, DROGUES
ILLICITES, SMART-DRUGS

**SEXUALITÉ
ET DIFFICULTÉS**
PRÈS DE 31%
ONT DÉJÀ RENCONTRÉ
DES DIFFICULTÉS



ANTÉCÉDENTS FAMILIAUX ■■■
DROGUES ILLICITES ■■■
PERSONNALITÉ ■■■
SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE ■■■
TABAC ■■■
ALCOOL ■■■

Cohort Study on Substance Use Risk Factors



Cher lecteur,

Vous l'avez demandée, la voici: la lettre d'information de C-SURF! Mise sur pied en 2010 grâce au soutien financier du Fonds national suisse de la recherche scientifique (FNS), l'étude C-SURF est dirigée par le Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) et l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Zurich (IUMSP). Elle

a pour but d'étudier les facteurs qui influencent les comportements de consommation de substances licites et illicites au cours du passage à l'âge adulte, ainsi que leurs conséquences sur la santé mentale et physique. Les premiers résultats sont là et c'est grâce à vous! Cette étude n'aurait pas été possible sans votre participation massive: vous étiez plus de 6'000 hommes à participer aux deux questionnaires, agés en moyenne

« C'EST QUOI, C-SURF? »

de 20 ans lors du 1^{er} questionnaire! Nous vous disons *MERCI*: pour le temps passé à remplir le questionnaire (oui nous savons qu'il est long!), pour votre persévérance et votre confiance. Le moins que nous puissions faire en retour est de vous informer des résultats! Vous lirez dans ces pages les résultats, leurs retombées médiatiques, et les étapes à venir. Notre défi est de poursuivre l'étude, et nous espérons pouvoir compter sur votre fidélité et coopération pour la suite. Nous avons entendu chacune de vos préoccupations, votre gêne et votre curiosité mais aussi votre ras-le-bol lors du remplissage du questionnaire. Vous vous reconnaîtrez peut-être dans certaines des expressions dans les bulles tout au long de la lettre. Pour finir, toute l'équipe profite de cette occasion pour vous souhaiter un *JOYEUX ANNIVERSAIRE!*

Prof. Gerhard Gmel
Investigateur principal

« PARCE QUE J'AI ENVIE DE
CONNAÎTRE LES RÉSULTATS »

UNE HISTOIRE À GRAND SUCCÈS

GRÂCE À VOUS, LE TAUX DE PARTICIPATION À L'ÉTUDE BAT LES RECORDS MONDIAUX! PARMIS VOUS, PLUS DE 90% (6'000) ONT RÉPONDU AUX DEUX QUESTIONNAIRES!

DANS LES MÉDIAS

20 MINUTI

Bevitori di birra più a rischio

ZURIGO/STAMPA. Diversi casi di bevitori di birra a rischio sono stati segnalati in questi giorni. Secondo un studio condotto dall'Università di Zurigo e dal Policlinico Sotgiu di Caserta, i giovani che preferiscono la birra tendono a bere in quantità eccessiva e a consumare sostanze illegali. Da preferire il vino o nessun alcolico in particolare: si tratta invece di comportamenti a rischio.

Durante una settimana i bevitori di birra consumano solitamente una quantità di bevande alcoliche e tendono a fumare cannabis almeno una volta. Inoltre, ammettono di aver provato una sostanza illegale negli ultimi dodici mesi. Gli uomini del vino sono invece meno attratti dagli stupefacenti. Infatti, gli esperti avvertono che la birra è la bevanda preferita dai giovani. «La birra è relativamente a basso mercato, quindi è accessibile ai giovani adulti», spiega Michela Manno.



La birra è la bevanda scelta preferita dai giovani italiani, come ha dimostrato un'indagine condotta dall'Università di Zurigo. Michela Manno, direttrice dell'Associazione italiana consumo generalista, spiega che...

TRIBUNE DE GENÈVE

Is fument et boivent en connaissant les risques

Une étude menée par le laboratoire de recherche en santé publique de l'Université de Genève a permis de constater que les jeunes consommateurs de cannabis et d'alcool...

Une étude menée par le laboratoire de recherche en santé publique de l'Université de Genève a permis de constater que les jeunes consommateurs de cannabis et d'alcool connaissent les risques de leur consommation, mais continuent à le faire. Les chercheurs ont interrogé plus de 1000 jeunes adultes sur leurs habitudes de consommation et leurs connaissances des risques associés.

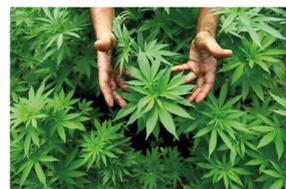


Un jeune adulte consomme du cannabis et de l'alcool. Les chercheurs ont constaté que les jeunes consommateurs de cannabis et d'alcool connaissent les risques de leur consommation, mais continuent à le faire.

20 MINUTES

Wer mit 12 säuft, nimmt später eher harte Drogen

Mehrere Tausend junge Schweizer Männer waren schon vor dem 13. Geburtstag betrunken oder kifften. Eine neue Studie zeigt, dass sie deswegen später unvoluntarisch komplett abstinent...



WIRTSCHAFTAKTUELL

Dampfen statt Rauchen

Marktanteil der E-Zigaretten steigt - gesundheitlicher Nutzen ist unklar



Die E-Zigaretten sind ein beliebiger Ersatz für das Rauchen. Sie sind jedoch nicht harmlos. Die gesundheitlichen Risiken sind noch unklar.

Die E-Zigaretten sind ein beliebiger Ersatz für das Rauchen. Sie sind jedoch nicht harmlos. Die gesundheitlichen Risiken sind noch unklar. Die E-Zigaretten sind ein beliebiger Ersatz für das Rauchen. Sie sind jedoch nicht harmlos. Die gesundheitlichen Risiken sind noch unklar.

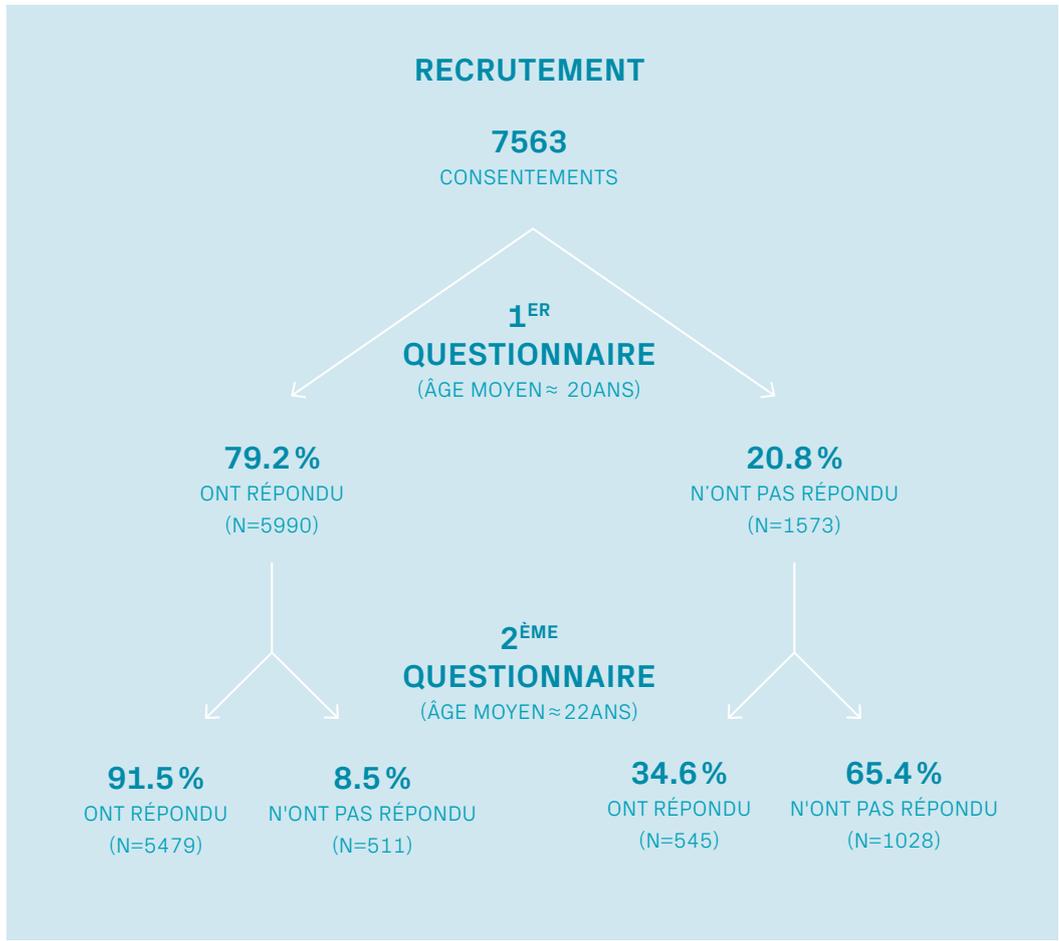
En participant, chacun de vous donne à l'étude toute sa valeur scientifique. En effet, nous tenons à considérer tous les profils de consommation de substances, y compris les non-consommateurs, pour deux raisons. Premièrement, cela nous permet d'identifier non seulement les facteurs de risque mais aussi les facteurs protecteurs. Par exemple, est-ce que le fait d'entrer dans la vie active protège d'une consommation à risque? Deuxièmement, pour que nos résultats reflètent correctement la réalité. Si seuls les grands consommateurs participaient, l'image de la consommation des jeunes aujourd'hui serait erronée.

Vous avez été nombreux à vous interroger sur le sens de répondre plusieurs fois au même questionnaire. Comprenez que cela nous permet d'identifier vos différentes trajectoires de consommation au cours du temps: par exemple, ceux qui restent non-consommateurs, ceux qui évoluent vers une consommation problématique, ou au contraire ceux qui retrouvent une consommation modérée. Il est alors possible d'identifier les facteurs qui influencent ces trajectoires, et les conséquences qui en découlent.

« JE SUIS VRAIMENT DÉSOLÉ D'AVOIR MIS AUTANT DE TEMPS POUR RÉPONDRE AU QUESTIONNAIRE »

« JE NE SUIS PAS UN CAS INTÉRESSANT. JE NE CONSOMME PAS. JE NE BOIS PAS. JE NE FUME PAS »

« MOI JE RÉPONDS PARCE QUE VOUS M'AVEZ TELLEMENT SAOULÉ »



VOTRE TEMPS EST PRÉCIEUX

NOUS COMPRENNONS QU'IL VOUS A FALLU BEAUCOUP DE TEMPS POUR RÉPONDRE AUX NOMBREUSES QUESTIONS.

D'ailleurs, certains d'entre vous l'ont senti, nous avons parfois dû beaucoup insister pour obtenir vos réponses. En compensation de votre temps précieux, il nous a tenu à coeur de vous offrir un bon-cadeau. Ce bon n'est qu'un petit geste de reconnaissance, vu l'effort que vous avez fourni.

« SI ON CONTINUE COMME ÇA, JE TE PARLE PLUS QU'À MON FRÈRE »

ON RESTE EN CONTACT!

Vous avez été contactés récemment par nos téléphonistes pour une mise à jour de vos coordonnées. Notre but est de ne pas perdre le contact avec vous d'un questionnaire à l'autre. Ceci est pour nous un vrai défi car les jeunes de votre âge sont souvent mobiles, beaucoup quittent le domicile parental, ou voyagent, déménagent...

« AH, LE BON-CADEAU, C'EST COOL »

« JE M'EN FOUS DE CE BON. JE TE LE DONNE SI TU VEUX »

« LE BON - CADEAU, C'EST PAS ÇA QUI VA FAIRE LA DIFFÉRENCE, MAIS JE VAIS RÉPONDRE À TON QUESTIONNAIRE PARCE QUE TU ME FAIS DE LA PEINE. »

« OUI, C'EST DONNANT DONNANT »

SEXUALITÉ ET DIFFICULTÉS ASSOCIÉES

IL EST DIFFICILE POUR LA PLUPART DES GENS D'ABORDER LES QUESTIONS QUI TOUCHENT LA SEXUALITÉ. CERTAINS ONT HONTE DE N'AVOIR ENCORE JAMAIS EU DE RAPPORTS SEXUELS.

Pourtant nos résultats montrent que presque un quart de tous les jeunes hommes d'environ 20 ans rapporte n'avoir encore jamais eu de relation sexuelle. Par ailleurs, parmi ceux qui ont déjà eu au moins un rapport sexuel, et près de 31% ont déjà rencontré des difficultés d'érection (p.ex. lorsque l'érection n'est pas toujours assez forte ou ne tient pas toujours assez longtemps). Et près de 11% ont déjà rencontré des difficultés liées à l'éjaculation précoce.

« C'EST UN PEU PRIVÉ »

« C'EST IMPORTANT POUR LA SIENCE, POUR FAIRE AVANCER LES CHOSES »

« AH, JE NE SUIS DONC PAS LE SEUL »

C-SURF DANS LES REVUES SCIENTIFIQUES (statut fin 2013)



24

ARTICLES PUBLIÉS DANS DES REVUES SCIENTIFIQUES

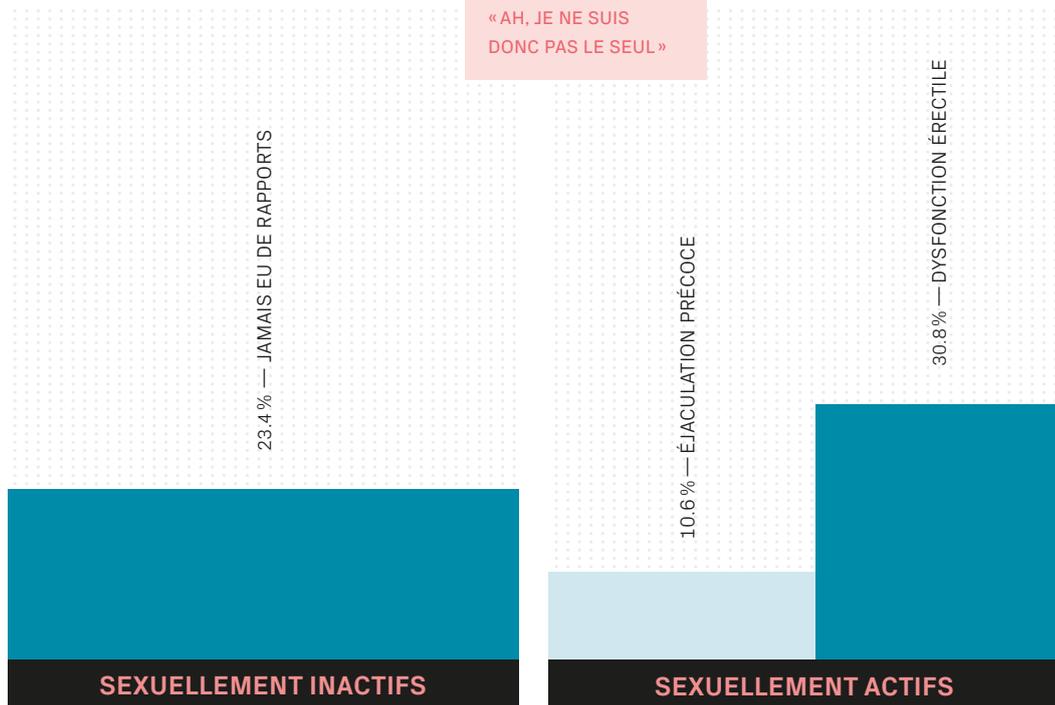
19

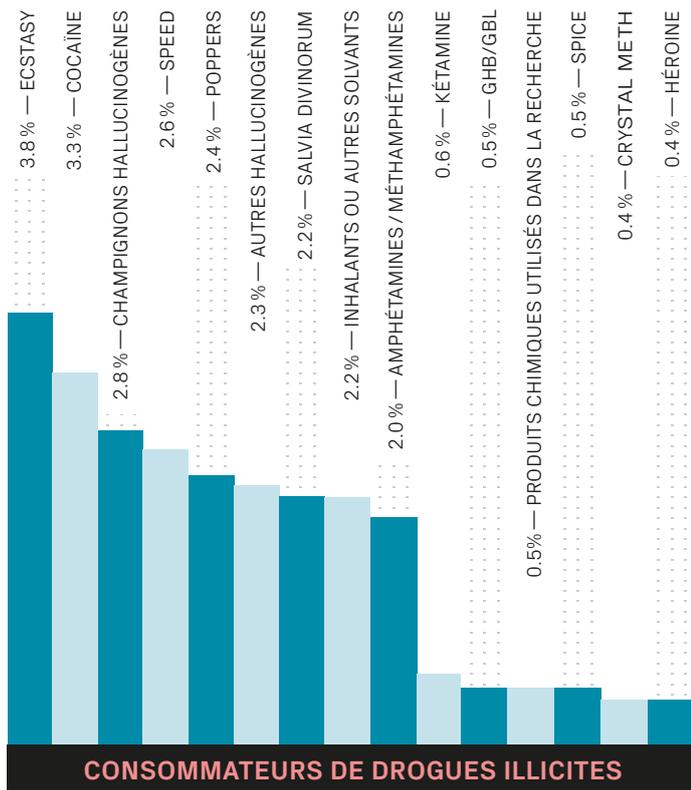
SOUMIS À DES REVUES SCIENTIFIQUES

26

EN PLEINE RÉDACTION

... et bien d'autres à venir!





CONSOMMATEURS DE DROGUES ILLICITES

AU COURS DE L'ANNÉE PRÉCÉDANT L'ENQUÊTE, 93% D'ENTRE VOUS ONT CONSOMMÉ DE L'ALCOOL, 58.7% ONT FUMÉ DU TABAC, ET 31% ONT PRIS DU CANNABIS.

Qu'en est-il des autres substances illicites? Ce sont l'ecstasy, la cocaïne et les champignons hallucinogènes qui sont consommés par le plus grand nombre. Alors que les médias dramatisent souvent leur consommation, les substances telles que le spice (mélange à la main fait d'extraits de plantes et de canabinoïdes synthétiques à titre de substitut au cannabis) et les produits chimiques utilisés dans la recherche (méphedrone, butylone et methedrone) sont rarement consommés.

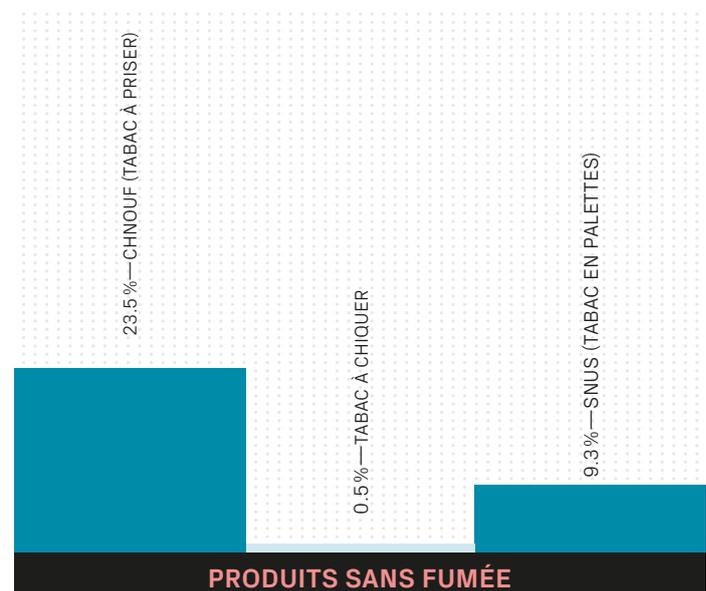
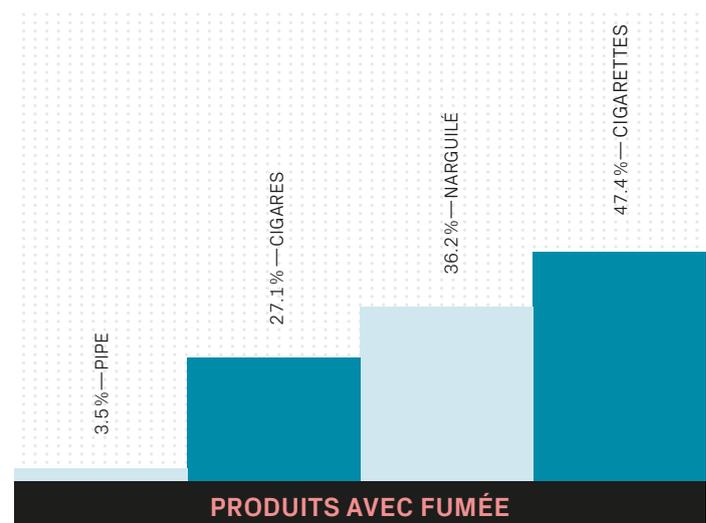
« JE NE CONNAISSAIS MÊME PAS CERTAINES DROGUES, COMME LE SPICE, C'EST DES ÉPICES? »

CONSOMMATEURS DE TABAC

ON PENSE SOUVENT EN PREMIER LIEU À LA CIGARETTE LORSQU'ON PARLE DE FUMER

Au cours de l'année précédant l'enquête, plus de 47% d'entre vous ont fumé la cigarette. Pourtant, vous étiez nombreux à apprécier aussi le narguilé (pipe à eau, shisha). Plus généralement, 58.7% d'entre vous avaient consommé au moins un produit de tabac avec fumée. Près de 27% d'entre vous ont consommé au moins une fois du tabac sans fumée, avec une préférence pour la chnouf. Et plus de 9% ont consommé du snus au moins occasionnellement (tabac en palettes qui se placent sur la gencive sous la lèvre supérieure). Presque 5% d'entre vous utilisent la cigarette électronique, dont la majorité fume aussi la cigarette. L'utilisation de la cigarette électronique peut être liée à l'interdiction de la fumée dans certains établissements, ou encore à la volonté de diminuer, voire d'arrêter sa consommation de cigarette.

« LE SNUS, JE NE SAVAIS PAS CE QUE C'EST »



EXERCICE PHYSIQUE: IMPACT DES CHANGEMENTS DE FRÉQUENCE SUR LA SANTÉ

« SI JE COURS POUR ALLER
M'ACHETER DES CLOPES,
ÇA COMPTE? »

VOUS AVEZ PEUT-ÊTRE AUGMENTÉ OU DIMINUÉ
VOTRE PRATIQUE D'EXERCICE
PHYSIQUE ENTRE LES DEUX QUESTIONNAIRES ?

Selon le graphique, la santé (mentale et physique) est meilleure chez ceux d'entre vous qui ont adopté une pratique régulière ou qui sont restés réguliers, par rapport à ceux qui ont au contraire adopté une pratique irrégulière ou qui sont restés irréguliers. Savez-vous que la consommation d'alcool, de cigarettes et de cannabis est plus faible parmi ceux d'entre vous qui pratiquent régulièrement de l'exercice physique? Ces résultats soulignent l'importance de maintenir, ou d'adopter une pratique régulière d'exercice physique. Par ailleurs, même une pratique occasionnelle est déjà liée à une consommation de substances plus faible et une meilleure santé. Un peu d'exercice est donc déjà mieux que rien.

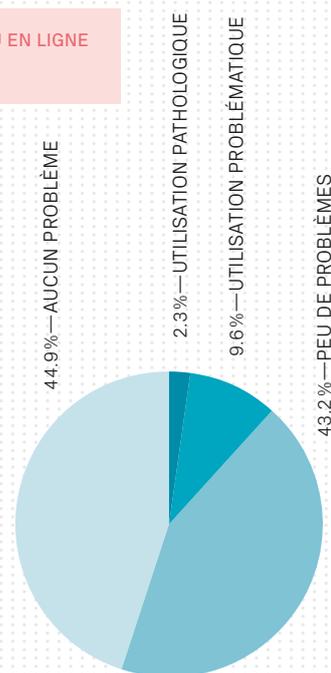
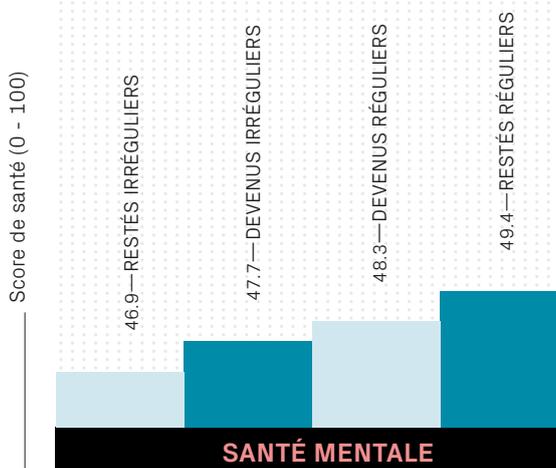
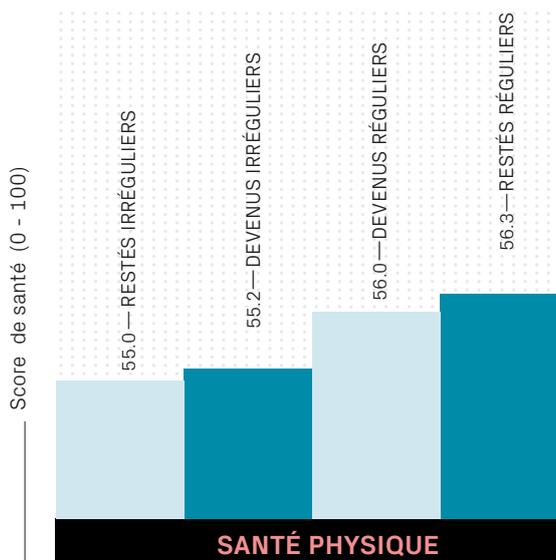
« ET LE SEXE, C'EST DE L'EXERCICE PHYSIQUE? »

PROBLÈMES LIÉS À L'UTILISATION D'INTERNET ET DES JEUX VIDÉOS

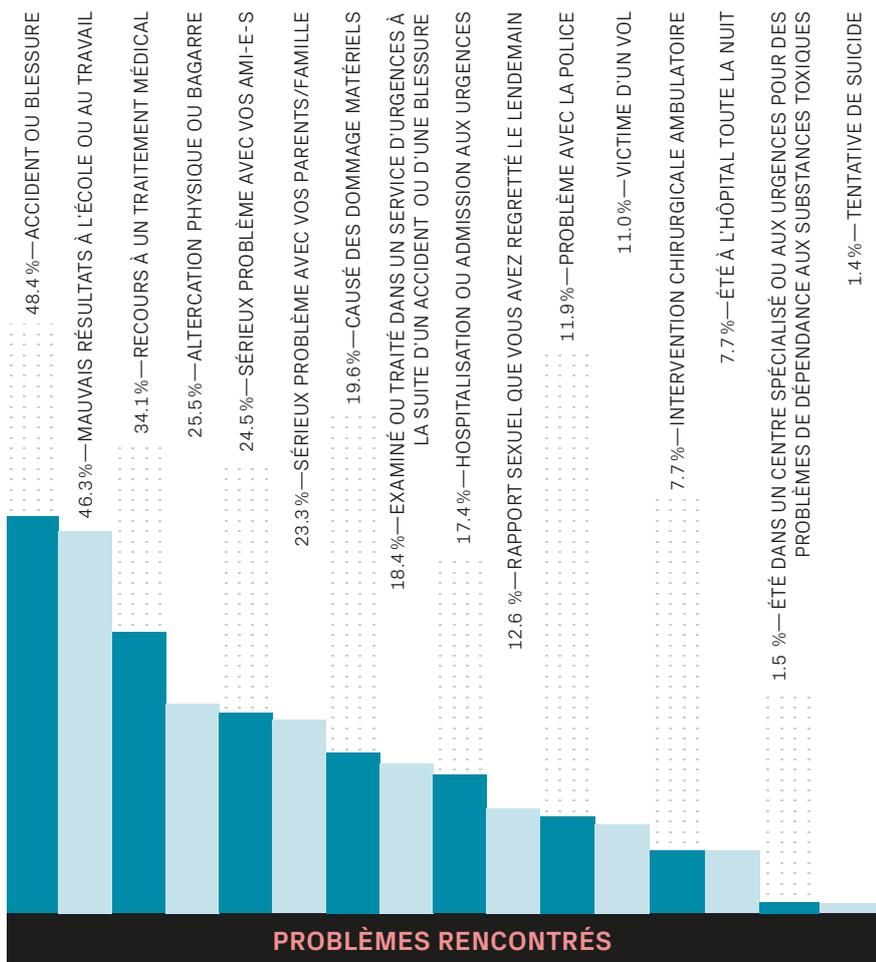
« PAS FACILE DE DISTINGUER UN JEU EN LIGNE
DE CELUI QUI NE L'EST PAS »

Parmi vous, 9.6% rapportent une utilisation problématique, et 2.3% une utilisation pathologique d'internet et des jeux vidéos. Ces pourcentages concordent avec les valeurs observées dans d'autres pays européens. Par ailleurs, plus l'utilisation d'internet ou de jeux vidéos est problématique, voire pathologique, plus les risques de dépendance à d'autres substances (alcool, cannabis, jeux d'argent) sont élevés. De même, les symptômes dépressifs et les conséquences sociales (par ex. problèmes avec la famille ou les amis, difficultés scolaires ou professionnelles) augmentent progressivement entre une utilisation sans problème, avec peu de problèmes, problématique et pathologique.

« LE PROCHAIN QUESTIONNAIRE,
JE PEUX LE REMPLIR SUR MON SMARTPHONE? »



PROBLÈMES LIÉS AUX JEUX VIDÉOS



PROBLÈMES RENCONTRÉS AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS

« UN RAPPORT SEXUEL REGRETTÉ LE LENDEMAIN ? JE NE SAIS PAS TROP, ÇA A BIEN DÛ ARRIVER »

Vous avez été nombreux à rapporter avoir rencontré un certain nombre de problèmes dans l'année précédant l'enquête. Près de 50 % d'entre vous mentionnent avoir été victimes d'accidents ou de blessures. Le recours à un traitement médical est mentionné par environ un tiers des personnes, alors qu'environ un quart a rencontré des problèmes avec leurs parents et avec leurs amis ou a été impliqué dans des bagarres. Près de 20 % des participants mentionnent avoir causé des dommages matériels, avoir été examinés ou traités aux urgences à la suite d'un accident ou d'une blessure, avoir été hospitalisés ou admis aux urgences. Enfin, seuls 1.5% mentionnent avoir fréquenté un établissement spécialisé pour des problèmes de dépendances et 1.4% avoir tenté de se suicider.

UTILISATEURS DES SMART-DRUGS

LES « SMART-DRUGS » SONT DES MÉDICAMENTS UTILISÉS SANS PRESCRIPTION MÉDICALE AFIN DE STIMULER LES CAPACITÉS COGNITIVES (PAR EX. LA CONCENTRATION) OU D'ACCROÎTRE SON ÉTAT D'ÉVEIL.

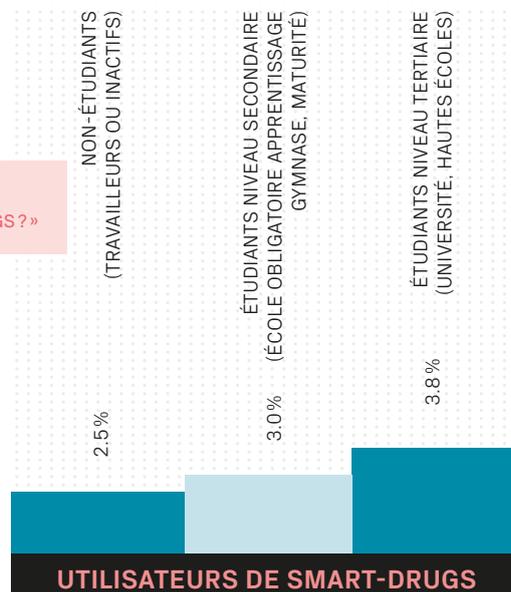
Ces médicaments sont aussi prescrits par un médecin pour traiter des maladies ayant une «base» neurologique (par ex. la maladie de Parkinson ou Alzheimer). Près de 3% d'entre vous ont utilisé des smart-drugs l'année précédant l'enquête. La Ritaline®, qui sert de traitement pour le trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH), est la plus fréquemment consommée. Le graphique indique d'une part, que les étudiants du niveau tertiaire sont plus nombreux à consommer des smart-drugs que les étudiants du secondaire. D'autre part, les étudiants du secondaire tendent également à être plus nombreux à en consommer que les travailleurs ou les personnes sans activité professionnelle. D'autres résultats suggèrent que chez les travailleurs, les personnes sans activité professionnelle et les étudiants du secondaire, les smart-drugs seraient consommées principalement pour augmenter l'éveil, l'énergie ou la productivité, probablement dans un but festif. En revanche, les étudiants au niveau tertiaire consommeraient plutôt les smart-drugs dans le but d'accroître leurs facultés (par ex. la mémoire, la concentration), certainement en période d'examen.

« J'AI ENVIE DE CONNAÎTRE LES POURCENTAGES DE CONSOMMATION, LES AGRESSIONS ET TRAUMATISMES »

« ÇA VA TROP LOIN AVEC VOTRE QUESTION SUR LA TENTATIVE DE SUICIDE... »

« J'AI PAS LE TEMPS POUR VOTRE QUESTIONNAIRE, J'AI DES EXAMS »

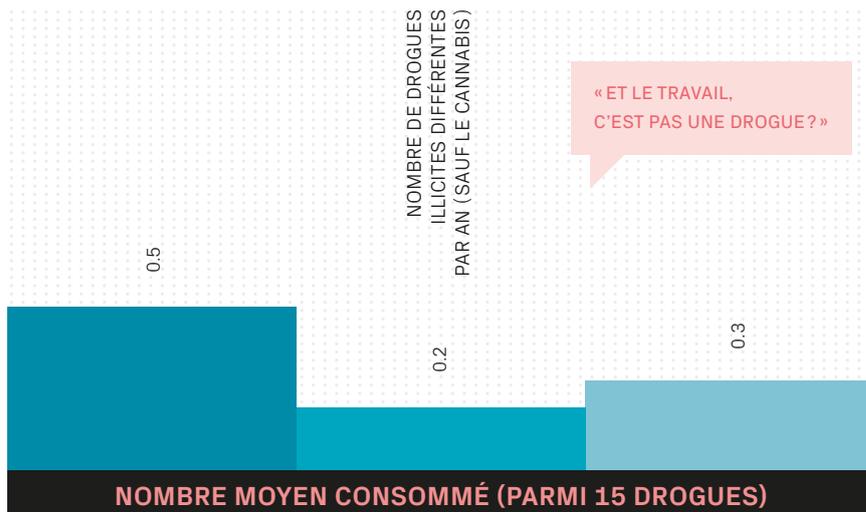
« ET ÇA MARCHE, CES SMART-DRUGS ? »



UTILISATEURS DE SMART-DRUGS

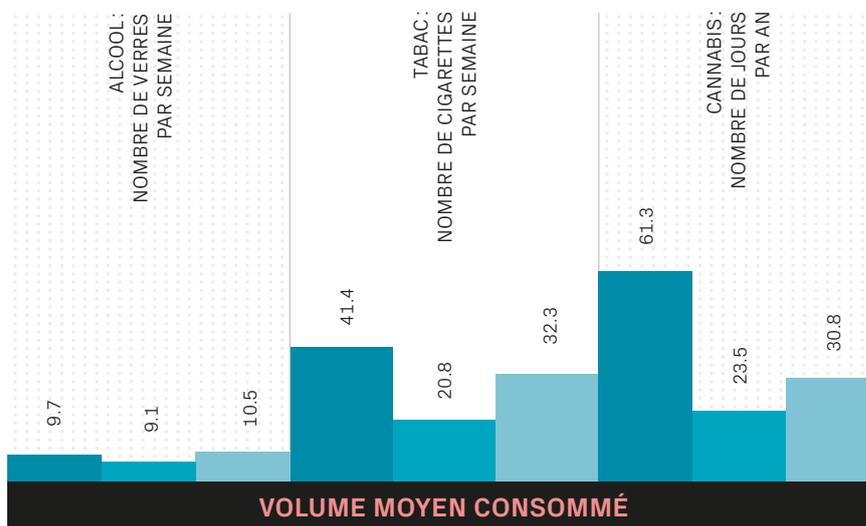
LIENS ENTRE CONSOMMATION ET ACTIVITÉ: LE CAS DES NEET

Certains présentent la particularité d'être désengagés des principales institutions (éducation et emploi). Ils sont appelés les «NEET» (Not in Education, Employment or Training). Les «NEET» représentent 5.3% des participants à l'étude C-SURF, ce qui est inférieur aux pourcentages observés dans les autres pays européens (10 à 12.5% des jeunes de 15 à 24 ans). Le graphique montre que les «NEET» consomment beaucoup plus de tabac et de cannabis que les personnes en emploi et les étudiants. Les «NEET» ont aussi une plus grande tendance à consommer des drogues autres que le cannabis. Est-ce être un «NEET» qui conduit à la consommation, ou la consommation qui conduit à l'inactivité?



« ET LE TRAVAIL, C'EST PAS UNE DROGUE? »

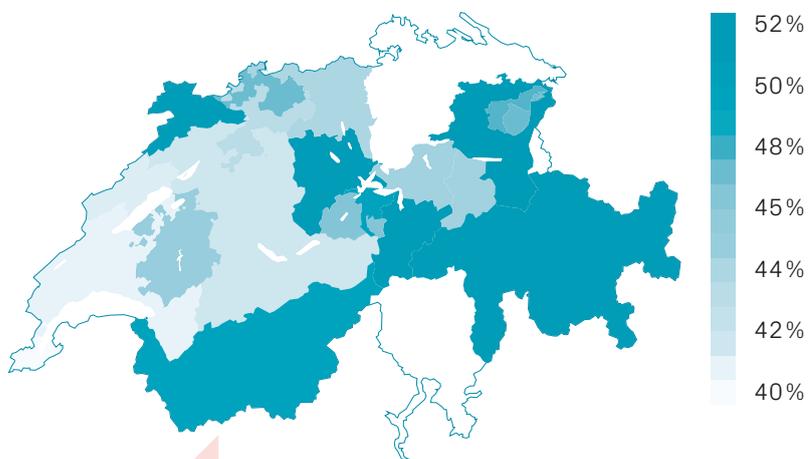
■ NEET (N=252) ■ ETUDIANTS (N=3828) ■ TRAVAILLEURS (N=698)



■ NEET (N=252) ■ ETUDIANTS (N=3828) ■ TRAVAILLEURS (N=698)

IVRESSE ÉPISODIQUE PAR CANTON

Cette carte montre pour chaque canton la proportion d'entre vous ayant eu des ivresses épisodiques les week-ends au moins une fois par mois dans l'année précédant l'enquête. L'ivresse épisodique fait référence à la consommation d'au moins 5 boissons alcoolisées lors d'une même occasion. L'ivresse épisodique est courante. Les valeurs cantonales s'évaluent entre 40.2% et 53.1%. En passant, l'ivresse épisodique est étroitement associée à des accidents, des blessures et bagarres.



« JE SUIS VALAISAN »

NOS COLLABORATIONS

Notre volonté est de rendre les données de l'étude C-SURF accessibles à la communauté scientifique, en respectant les principes éthiques qui régissent la recherche, en particulier la confidentialité de vos données. Grâce à vous, nous avons pu développer un réseau

de collaborations nationales et internationales. Ceci permet de croiser les regards de spécialistes dans différents domaines de recherche, et ainsi de mieux comprendre la complexité des enjeux de santé chez les jeunes aujourd'hui.



CALENDRIER

FINANCEMENT OBTENU

MAINTENANT
LES 1^{ERS} RÉSULTATS
DE L'ÉTUDE C-SURF
WWW.C-SURF.CH

2015-2016
MISE À JOUR DE VOS
COORDONNÉES
PAR TÉLÉPHONE

FINANCEMENT À TROUVER

2016
3ÈME QUESTIONNAIRE

« JE TROUVE ÇA INTÉRESSANT.
PARCE QU'ENTRE 20 ET 30 ANS,
J'AURAI BIEN CHANGÉ »

« ENCORE! MAIS C'EST BON,
JE L'AI REMPLI VOTRE QUESTIONNAIRE »

LES ÉQUIPES DE LAUSANNE ET ZÜRICH VOUS DISENT MERCI!



ÉQUIPE DE LAUSANNE



ÉQUIPE DE ZÜRICH