

Février 2022 - Infolettre n° 125



Etudes et observations

Cocaïne : deux vidéos pour mieux connaître les risques. Réseau français d'addictovigilance. Janvier 2022

[En savoir plus](#)

Usages de cannabis en France : premiers résultats du baromètre santé de Santé publique France. OFDT. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Usages d'alcool, de tabac et de cannabis chez les élèves de 3e en 2021. Tendances n°148. OFDT. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Flyer « L'indispensable sur... Le cannabidiol (CBD) ». MILDECA. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Pharmacologie du Cannabidiol : Points de vigilance, conséquences et risques chez l'homme. Note rédigée par l'Association Française des centres d'Addictovigilance. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Brochure "Jeunes & alcool : le piège était presque parfait". Question Santé asbl - Service Education permanente. 2021

[En savoir plus](#)



Prise en charge sanitaire et sociale

Tutoriels « Cannabis & Grossesse ». Coreadd Nouvelle-Aquitaine. Janvier 2022

[En savoir plus](#)

Coconstruction et développement du pouvoir d'agir : 4 fiches-outils. Union régionale Hauts-de-France de la Fédération Addiction. Janvier 2022

[En savoir plus](#)

Conseils locaux de santé mentale (CLSM). Comment favoriser l'engagement des élu-es et des équipes municipales. Centre national de ressources et d'appui aux CLSM. Janvier 2022

[En savoir plus](#)

Avis relatif aux bénéfices-risques de la cigarette électronique (actualisation). HCSP. Janvier 2022

[En savoir plus](#)

Le vapotage : quelle place dans la réduction des risques et des dommages liés à l'usage du tabac ? Fiche Repères de l'Association Addictions France. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Les conditions scientifiques de l'efficacité des juridictions résolutive de problèmes pour la prise en charge des délinquants souffrant de toxicomanie : enjeux et réponses. ENM. Décembre 2021

[En savoir plus](#)

Fiches pédagogiques sur l'injection « Experts RDR ». Association SAFE. 2021

[En savoir plus](#)



Initiatives en régions

Circulaire 2022 aux chefs de projets MILDECA - dont La Réunion et Mayotte

[En savoir plus](#)



974 La Réunion

Appel à projet FIPD 2022. Jusqu'au 20 février 2022

[En savoir plus](#)

Appel à communication pour le 3e Congrès de Recherche en Santé de l'Océan Indien (CRS-OI) des 9 et 10 Novembre 2022. Jusqu'au 28 février 2022

[En savoir plus](#)

Prochaine réunion plénière du Collectif l'Effet en Fêt, à Saint-Pierre, le 01 mars 2022

[En savoir plus](#)

Webinaires CPS Live 2022. IREPS Réunion. De mars à décembre 2022

[En savoir plus](#)

RAPPEL

Diplôme Universitaire d'Addictologie océan Indien. Université de La Réunion. De mars à mai 2022

[En savoir plus](#)

MAIS AUSSI...

L'Effet en Fêt recrute des bénévoles

[En savoir plus](#)



976 Mayotte

Colloque Mayotte en santé « Diagnostic territorial pour la mise en œuvre de "Mayotte sans sida et hépatites". IAPAC et Nariké M'sada. A Coconi et en visio. Les 21 et 22 février 2022

[En savoir plus](#)

Appel à projet : Création d'une plateforme « hébergement santé-précarité » à Mayotte. ARS Mayotte. Jusqu'au 02 mars 2022

[En savoir plus](#)

MAIS AUSSI...

POPAM (Plateforme Oppelia de Prévention & de soin des Addictions à Mayotte) recrute (actualisé le 04/02/22)

[En savoir plus](#)

Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM) de Mayotte 2021-2025

[En savoir plus](#)

Inauguration de la première Maison de santé mentale de Mayotte, le 24 janvier 2022

[En savoir plus](#)

Le RSMA Mayotte recrute

[En savoir plus](#)



Focus

Ecrans chez les enfants et les adolescents

Un usage exacerbé par la crise sanitaire



Les écrans sont omniprésents dans notre quotidien. La crise sanitaire a accentué leur exposition, notamment chez les enfants et les adolescents (1). Au-delà des opportunités indéniables proposées par le numérique, ses potentielles conséquences sociales et psychopathologiques préoccupent, aussi bien dans les sphères familiales que professionnelles.

Sommes-nous suffisamment informés des risques liés à l'exposition des enfants et des adolescents aux écrans ? Comment les guider dans leur pratique, pour qu'ils en aient un usage raisonnable ?

Quand l'usage devient excessif

Selon l'étude Ipsos « [Parents, enfants et numérique](#) » parue le 07 février 2022 pour l'Observatoire de la Parentalité et de l'Education Numérique et l'UNAF, la crise sanitaire a augmenté la croissance du temps d'écran au sein des familles, de manière à priori durable.

Les parents ont tendance à sous-estimer le temps passé par leurs enfants sur internet et n'ont ainsi pas conscience des risques réels auxquels ils sont ou ont été exposés. Pourtant, nombre d'entre eux disent craindre le risque de dépendance de leurs enfants.

A ce jour, concernant les smartphones, Internet, les réseaux sociaux, la littérature scientifique parle d'usage excessif ou d'usage problématique, et non d'addiction.



Risques liés à un usage excessif des écrans

Une utilisation excessive des écrans peut notamment induire :

- Des **conséquences sur le plan psychologique et social** : désocialisation, risques dépressifs, conduites à risque, problème au niveau scolaire ou professionnel... ;
- Des **effets délétères sur la santé** : mauvaises postures, déséquilibres alimentaires, troubles du métabolisme, manque d'activité physique, troubles du sommeil, risques sur le plan cardiaque, fatigue visuelle, baisse de l'espérance de vie... ;

- Des **conséquences sur les capacités intellectuelles** : troubles de l'acquisition du langage, problèmes de concentration, de mémorisation....

Recommandations pour éviter les usages problématiques

Avant tout, il convient d'**éviter de pathologiser la pratique des écrans**. Cette pratique ne constituant pas en soi un comportement problématique.

« À titre de précaution face à la pandémie de COVID-19, afin d'encadrer les usages numériques et de réduire les effets néfastes des écrans sur la santé de la population, et plus particulièrement chez les enfants et les jeunes, plusieurs organisations (...) ont rappelé l'importance non seulement de **limiter les usages**, mais aussi de **les rendre positifs et constructifs**. » ([HCSP, 2021](#))

Le [site Le bon usage des écrans](#) propose certains conseils afin d'aider les parents dans leur rôle d'éducation au bon usage des écrans.

Evaluer / Orienter

Le [site Addict'Aide](#) propose des outils d'évaluation, d'orientation et d'accompagnement concernant les usages problématiques des écrans.

<p>GAS</p> <p>GAME ADDICTION SCALE Mesurer la dépendance au jeu-vidéo.</p> <p>DÉMARRER LE PARCOURS</p>	<p>BERGEN FACEBOOK ADDICTION SCALE</p> <p>FACEBOOK Mesurez votre addiction à Facebook</p> <p>DÉMARRER LE PARCOURS</p>	<p>IAT</p> <p>INTERNET/ TEST IAT Mesurez votre utilisation éventuellement excessive d'internet</p> <p>DÉMARRER LE PARCOURS</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Différents types d'intervenants peuvent apporter le **soutien** et le **suivi psychologique** nécessaire aux jeunes usagers souhaitant retrouver une utilisation raisonnable des écrans (liste non exhaustive) :

- Les **Centres médico psycho pédagogiques (CMPP)**, spécialisés dans la prise en charge des enfants et des adolescents.
- Les **Consultations jeunes consommateurs (CJC)** proposent un accueil gratuit et confidentiel, en lien avec les conduites addictives, avec ou sans substances, pour les jeunes consommateurs et/ou pour leur entourage.
 - A La Réunion : Les associations Addictions France et Réseau OTE proposent des CJC - [consulter la plaquette des CJC](#)
 - A Mayotte : La [structure médico-sociale POPAM](#) (Prévention et soin des addictions à Mayotte) dispose d'un pôle CSPAPA-CJC
- Les **services addictologie** des hôpitaux :
 - A La Réunion - [consulter l'offre hospitalière](#) (Parcours Addicto)
 - A Mayotte :
 - [Centre d'Addictologie du CHM](#) (Centre Hospitalier de Mayotte)
 - [Pôle MPRU du CHM](#) (médecine, psychiatrie, rééducation, UCSA)
- Les **structures pour adolescents**
 - A La Réunion : [Kozé jeunes](#)
 - A Mayotte :
 - [Maison des adolescents](#) (Mlézi Maore)
 - [Point Accueil Ecoute Jeunes](#) (PAEJ/CEMEA)

En savoir plus : recommandations, outils et ressources à disposition des familles et des professionnels, bibliographie - [consulter l'article complet](#)



Agenda national et international

Enquête sur la participation des acteurs de terrain aux dispositifs territoriaux de santé et aux PTSM. Fédération Addiction. Depuis le 24 janvier 2022

[En savoir plus](#)

6e congrès virtuel en Addictologie « E-ADD : Santé intégrative en addictologie : la renaissance du travail en réseau ? ». SOS Addictions. Le 09 mars 2022 et en différé jusqu'au 31 mai 2022

[En savoir plus](#)

2e édition de l'appel à projets « Recherche pour lutter contre les usages et les addictions aux substances psychoactives ». INCa et IReSP. Jusqu'au 10 mars 2022

[En savoir plus](#)

Appel à candidature pour le Prix Veissière 2022. SFA. Jusqu'au 14 mars 2022

[En savoir plus](#)

Webinaire #03 « Place du cannabis médical dans le traitement des douleurs chroniques ». COREADD. Le 17 mars 2022

[En savoir plus](#)

Y a-t-il encore une place pour l'alcoologie ? Journées de la SAF. A Lyon et en distanciel. Les 24 et 25 mars 2022

[En savoir plus](#)

Journée nationale du réseau « Analyse ton Prod' ». Fédération Addiction. A Paris. Le 29 mars 2022

[En savoir plus](#)

Colloque Lieux et Espaces sans tabac. RESPADD. A Paris. Le 30 mars 2022

[En savoir plus](#)

MOOC Comprendre les addictions. Université Paris-Saclay. Inscriptions jusqu'au 11 avril 2022

[En savoir plus](#)

11e Congrès 2022 de la Fédération Addiction sur la question du temps. A Grenoble. Les 19 et 20 mai 2022

[En savoir plus](#)

11e congrès de Réh@b' « À la conquête du pouvoir... d'agir ! ». A Angers. Les 02 et 03 juin 2022

[En savoir plus](#)

REPLAYS

Replay de la Journée d'étude de Prépsy Contact « Accompagner l'intégration des approches psychiatriques et addictologiques pour les pathologies duelles » du 27 janvier 2022

[En savoir plus](#)

Replays et résumés des présentations du Séminaire « Développement des compétences psychosociales des enfants et des jeunes : un référentiel pour favoriser un déploiement national », de Santé publique France, les 14 et 15 décembre 2021

[En savoir plus](#)



Vous aussi

Vous pouvez consulter les [lettres d'information déjà publiées](#).

Vous souhaitez annoncer un événement (formation, journée de prévention, colloque...) ou faire partager le bilan d'une action en lien avec une addiction ou le trafic de drogues : pour une parution dans une prochaine Infolettre, transmettez-nous vos informations avant le 5 de chaque mois par mail à : peidd@saome.fr.

SAOME
115 C allée de Montaignac
97427 ETANG-SALE-LES-HAUTS
REUNION
Tél: 0262 22 10 04



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur ASSOCIATION SAOME.

[Se désinscrire](#)



© 2022 SAOME