

Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit à l'Infolettre de SAOME
Pour se désinscrire [suivre ce lien](#).



Addicthèque (peidd.fr)
Plateforme d'Information Drogues et Dépendances
La Réunion - Mayotte

Portée par  SAOME
Santé Addictions Outre-Mer

 ars ars
ARS Santé Addictions
ARS Santé Addictions
ARS Santé Addictions
ARS Santé Addictions

 PRÉFET
DE LA RÉGION
REUNION

 GOUVERNEMENT
REUNION
MILDECA

Avril 2024 - Infolettre n°151



Etudes et observations

Alcoologie et Addictologie - La revue. Numéro spécial Journées de la Société Française d'Alcoologie. JSFA. Mars 2024

[En savoir plus](#)

Grandir dans les Outre-mer. Etat des lieux des droits de l'enfant. Rapport complet, synthèse et rapport adapté aux enfants. UNICEF. Novembre 2023

[En savoir plus](#)



Prise en charge sanitaire et sociale

Documentaire et série sur la question de la légalisation du cannabis. Mathieu Kassovitz et Antoine Robin. Avril 2024

[En savoir plus](#)

Guide pratique d'évaluation de sa consommation d'alcool. RESPADD. Mars 2024

[En savoir plus](#)



Initiatives en régions



974 La Réunion

Formation "Les usages et consommations chez les jeunes : ma place en tant que professionnel". EPSMR en partenariat avec SAOME. Dans l'Ouest. Du 05 au 07 juin 2024

[En savoir plus](#)

Formation « Les troubles du comportement alimentaire (TCA) : spécificités cliniques et thérapeutiques de pathologies addictives méconnues ». EPSMR en partenariat avec SAOME. Dans l'Ouest. 2 sessions d'1 jour au choix, le 14 juin ou le 13 septembre 2024

[En savoir plus](#)

Save the date : 2e séminaire de l'exercice coordonné de l'océan Indien (SECOIA). FéeCOIA. Les 20 et 21 juin 2024

[En savoir plus](#)

APPELS A PROJETS

Création d'un Centre de Soins et d'Accompagnement avec hébergement. ARS La Réunion. Jusqu'au 30 avril 2024

[En savoir plus](#)

Appel à projets régional "Addictions". ARS La Réunion, MILDECA, Région Réunion, Département de La Réunion, CGSS, DRAJES de La Réunion. Du 1er avril au 10 mai 2024

[En savoir plus](#)

RAPPEL

4e édition du Congrès Francophone de Médecine Générale de l'Océan Indien. Collège des Généralistes Enseignants de l'Océan Indien. A Saint-Gilles-les-Bains. Les 18 et 19 avril 2024

[En savoir plus](#)

MAIS AUSSI...

"Nout Batay contre les addictions". Programme télévisé de l'ARS et de la Préfecture de La Réunion. 11e émission en ligne. Avril 2024

[En savoir plus](#)

Le Réseau Oté ! recrute

[En savoir plus](#)



976 Mayotte

"Regards pluriels sur les jeunes à Mayotte : entre Tumulte et potentialité créative." Journée annuelle de l'association Fikira. Au restaurant le M'haju, à Musical Plage. Le 20 avril 2024

[En savoir plus](#)

Ateliers dans le cadre de la feuille de route territoriale MILDECA Mayotte 2023/2027. SAOME. A Mamoudzou. Semaine du 22 avril 2024

[En savoir plus](#)

Formation sur la méthodologie de projet. SAOME. A Mamoudzou. Le 25 avril 2024

[En savoir plus](#)

Save the date : 3e Colloque Mayotte en santé. Nariké M'sada, CHM, Popam. A Coconi. Du 09 au 12 septembre 2024

[En savoir plus](#)

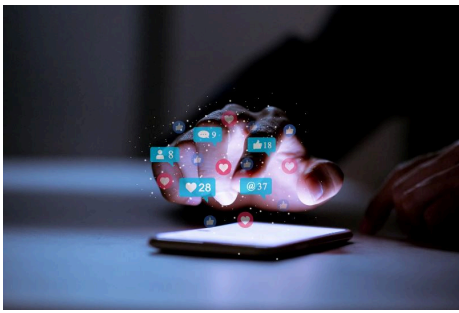
MAIS AUSSI...

« S'ils pouvaient parler à un psy, ça les libérerait ». Article sur le dispositif Tapaj à Bandré. Audrey Margerie, Mayotte Hebdo. 8 avril 2024

[En savoir plus](#)



Focus



Troubles de l'usage et risques liés aux écrans chez les enfants et les jeunes

A l'ère du numérique, l'exposition croissante aux écrans offre de nombreuses opportunités : divertissement, communication, jeux, accès à l'information, mobilisation citoyenne...

En 2022, 88,3% des Réunionnais (soit 628 700 individus) se sont déjà connectés à internet.(1)

90,3% des internautes réunionnais utilisent leur smartphone pour naviguer sur le web, et ce quotidiennement pour près de 76,6% d'entre eux.



A Mayotte, le taux d'équipement internet est plus faible, avec moins de 10 abonnements pour 100 habitants, mais les réseaux mobiles sont privilégiés avec plus de 300 000 cartes SIM actives en 2022.(2)

Le téléphone mobile s'impose donc comme support favori pour se connecter.

Pourtant, l'ingérence des technologies digitales peut également bouleverser les populations et, à tout âge, des risques peuvent être associés aux usages numériques.

"Pour les enfants et les adolescents [...], un usage excessif peut avoir des conséquences sur le développement du cerveau, leur apprentissage des compétences fondamentales et leur capacité d'attention.

Afin de (les) protéger [...], l'entourage doit être vigilant et s'assurer du bon usage des écrans."(3)

Réseaux sociaux : des conduites à surveiller...



La consultation des réseaux sociaux (Facebook, Snapchat, WhatsApp...), prend de plus en plus de place dans la vie des enfants et des jeunes, au risque de devenir addictive. Se sentir nerveux lorsque l'on ne trouve pas son smartphone immédiatement, regarder sans cesse ses mails et les réseaux sociaux ou s'y consacrer plus qu'aux relations en face à face... font partie des signes qui peuvent alerter.(4)

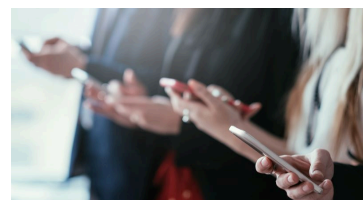
Le système de récompense et la dopamine sont en jeu dans ce processus d'addiction. Les concepteurs des applications du web et des jeux vidéo l'ont bien compris, et développent de nouvelles applications telle que Tiktok lite, lancée récemment en France et en Espagne, qui rémunère le temps d'écran des utilisateurs.(5)

... et tout un vocabulaire !

Phubbing, nomophobie, athazagoraphobie, compte fisha, autant de mots récents pour décrire les comportements problématiques liés aux écrans.

Quésaco ?

- Le Phubbing : ignorer des personnes physiquement présentes en consultant son téléphone plutôt que de communiquer avec elles.



- La nomophobie : ne pas pouvoir se passer de son téléphone portable et éprouver une peur excessive à l'idée d'en être séparé ou de ne pouvoir s'en servir.

- L'athazagoraphobie : peur d'être oublié ou ignoré.
- Un compte *fisha* : "faux profil sur un réseau social destiné à « afficher », c'est-à-dire à humilier une personne en diffusant des images, souvent sexuelles, en son nom. Ce phénomène vise le plus souvent des adolescentes."(6)

Une vigilance sur les conduites addictives et au-delà



Le Cyberharcèlement : anonyme et invisible pour l'entourage, il peut prendre la forme de rumeurs, de moqueries, d'insultes, mais aussi de photos dénudées ou humiliantes publiées sans autorisation, d'usurpation d'identité. Considérée comme une violence en ligne, cette forme de harcèlement répété et progressif vise à nuire psychologiquement à la personne victime, sans limite géographique ni horaire.

Le cyberharcèlement peut ainsi exploiter les mêmes canaux que ceux utiles à la diffusion d'informations: sms, chats, réseaux sociaux...

Ces attaques virtuelles peuvent avoir un impact dévastateur sur la santé mentale des jeunes, avec des risques de dépression, de décrochage scolaire, des troubles psychologiques, la violence, voire le suicide.

Les recommandations de bon usage sont essentielles pour préserver le jeune public (consulter les ressources, plus bas).

La Pornographie

L'exposition aux images pornographiques est plus accessible, notamment aux plus jeunes, avec les nouvelles technologies.

L'attrait pour la sexualité et la pornographie est normale à l'adolescence.

Cependant, cette exposition peut engendrer des phénomènes de complexes et de perceptions biaisées de la sexualité. Jusqu'à induire un besoin compulsif et accru de visionner des images, dans un comportement addictif.

En effet, quand il s'agit d'une démarche volontaire, consulter la pornographie active le système de récompense du cerveau, libérant de la dopamine, générant une sensation de bien-être. Sensation vécue sur un court terme qui entraîne une envie de répéter l'expérience, à un niveau plus intense pour produire le même effet, le cerveau s'habituant à cette réaction. C'est ainsi que la personne peut entrer dans un comportement addictif.

Lorsque le visionnage est subi, cette exposition peut être à l'origine de traumatismes et induire des conséquences néfastes sur leur développement émotionnel, social et sexuel des enfants et adolescents et engendrer des comportements inappropriés.

Prévenir et limiter ces risques

Il est essentiel de sensibiliser les enfants, les jeunes et leurs familles aux risques associés à l'utilisation des écrans, en mettant l'accent sur l'importance du discernement et du respect en ligne.



Au-delà de surveiller et de limiter l'accès des écrans via notamment des outils techniques pour en maîtriser les usages, les parents sont encouragés à s'intéresser et à accompagner leurs enfants dans cette activité.



Exemple d'initiative à La Réunion

A La Réunion, plusieurs événements sont survenus en lien avec l'utilisation de réseaux sociaux.

Afin de prévenir les risques auprès des jeunes qu'elles accueillent, les **Cliniques du Groupe les Flamboyants** Sud et Ouest ont mis en place un projet visant à sensibiliser les jeunes de 15 à 25 ans aux dangers et aux opportunités des réseaux sociaux, et les encourager à s'engager pour leur avenir.

En savoir plus : [Présentation du projet](#)

L'utilisation des écrans par les enfants et les jeunes ne cesse de croître comme les risques associés. Adopter des approches de prévention et d'intervention similaires à celles utilisées pour traiter d'autres formes de dépendances est nécessaire.

Il existe de nombreux outils à l'attention des adolescents, des parents et des professionnels : pour reconnaître, comprendre et prévenir ces risques (sites internet, guides, jeux, vidéos, structures à La Réunion et à Mayotte...) :

Consulter les ressources

Sources :

1. [Données Metridom 2022](#)
2. [Les services de communications électroniques dans les départements et collectivités d'Outremer Année 2022, Observatoire des marchés des communications électroniques](#)
3. [L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans Appel à une vigilance raisonnée sur les technologies numériques. Académie des sciences. 9 avril 2019](#)
4. [Addiction aux écrans. Qu'est-ce que l'addiction aux écrans ? Quelles sont les complications ? Comment s'en sortir ? Site Addict'Aide](#)
5. [TikTok Lite, une application lancée en catimini en France qui « récompense » le temps d'écran. Le Monde. 10 avril 2024](#)
6. [Site Information violences sexuelles](#)



Agenda national et international

Les rendez-vous de la COREADD : Douleurs et Addictions / Psychotraumas, violences & troubles de l'usage. En visio. Le 16 mai et le 20 juin 2024
[En savoir plus](#)

RAPPEL

Save the date : 28es Rencontres du RESPADD "Activité physique, sport et addictions". A Paris. Les 27 et 28 mai 2024
[En savoir plus](#)

18e congrès international d'addictologie de l'Albatros " Prévenir ou guérir : faut-il choisir ? L'enjeu des addictions demain ". A Paris. Du 5 au 7 juin 2024.
[En savoir plus](#)

13e congrès de la Fédération Addiction "Addictions et sciences: mieux comprendre pour mieux accompagner". A Bordeaux. Les 13 et 14 juin 2024
[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 : saome@saome.fr.



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



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

[Se désinscrire en suivant ce lien](#)

