

RAPPORT ÂGE/CONSÉQUENCES SUBSTANCES

Par Profil supprimé Postée le 03/11/2018 21:05

Bonjour, je suis encore assez jeune (17 ans) et une question me dérange depuis quelques temps. J'ai commencé à boire de l'alcool en soirées l'année de mes 16 ans. Je continue à le faire de manière assez régulière mais espacée (je dirais à peu près 1.5 fois tous les 2 mois). Durant ces soirées, je bois assez pour être bourrée, ou au moins pompette. Il m'est aussi arrivé de fumer du cannabis (moins de 5 fois).

Je trouve mon "rythme" assez raisonnable et suis contente d'expérimenter ça (d'autant plus que je fais attention à ne pas me mettre en danger). Mais je me demandais si la prise de ces substances n'était pas un danger pour mon cerveau. J'ai entendu dire qu'il fallait le protéger car il n'a pas encore fini sa croissance, mais en me renseignant je me suis rendue compte que le cerveau ne stoppait sa croissance qu'à partir de 65 ans. En continuant ma consommation comme je le fais à mon âge, est ce que je risque de perdre certaines facultés? Y a-t-il un âge où le cerveau (ou autres parties du corps d'ailleurs) doit être préservé? Ou est ce que les conséquences sont les mêmes?

Mise en ligne le 06/11/2018

Bonjour,

Vous buvez de l'alcool en soirée depuis vos 16 ans, une à deux fois par mois et vous avez déjà fumé du cannabis de façon occasionnelle (5 fois). Vous vous demandez si vos consommations ne sont pas dangereuses pour votre cerveau.

Ce dernier continue de se développer jusqu'à 25 ans, ce qui signifie qu'il est plus vulnérable aux substances psychoactives, telles que l'alcool et le cannabis, que le cerveau de l'adulte.

Vous vous interrogez sur les risques de perdre certaines facultés en continuant vos consommations. Il semble qu'elles sont plutôt modérées pour l'alcool et expérimentales pour le cannabis. Cependant, quel que soient les quantités consommées, l'alcool et le cannabis, perturbent le développement normal du cerveau et augmentent le risque de dépendance à l'âge adulte. Les risques sont plus élevés chez les personnes ayant une consommation massive, ce qui ne semble pas être votre cas. Cependant, chaque personne est différente et pour une même quantité consommée, l'une peut être plus vulnérable que l'autre. Autrement dit, l'alcool seul ou le cannabis seul, en tant que produit ne sont pas des critères suffisants pour entraîner une dépendance. Celle-ci est multifactorielle, elle va dépendre de la substance mais aussi de l'environnement et de la vulnérabilité de la personne.

Un usage massif d'alcool, tel que le binge-drinking ou « beuverie express », peut avoir des conséquences sur la santé, de façon immédiate (coma éthylique, agressivité, violence, etc.) et sur le long terme (conséquences neurologiques sur le cerveau, risque de dépendance, etc.).

Ainsi, avant 25 ans, il est conseillé de préserver le cerveau en limitant les consommations de substances psychoactives.

Nous vous mettons des liens en fin de réponse pour de plus amples informations : le binge-drinking, comment l'alcool agit sur l'organisme, ses risques à court et long terme, ainsi qu'une fiche détaillée sur le cannabis.

Nous espérons avoir répondu à vos questions et restons disponibles si vous avez besoin d'autres informations. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé), ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Bien à vous.

Autres liens :

- Le binge-drinking
- Comment l'alcool agit sur l'organisme?
- Les risques de l'alcool à court terme
- Les risques de l'alcool à long terme
- Le cannabis