

LE LENT DÉVELOPPEMENT DU CERVEAU PEUT CAUSER LA SURCONSUMMATION



Si le développement du cerveau des adolescents est lent, la maturation sexuelle des jeunes se produit de plus en plus tôt. Cette étonnante contradiction est identifiée comme l'un des facteurs de risques de la consommation abusive des jeunes.

La puberté entraîne des changements hormonaux et cérébraux à l'intérieur des systèmes de récompense et de motivation des jeunes. Ces transformations favorisent la prise de risques et la quête de sensations fortes, au moment où les capacités d'anticipation sont encore faibles.

Pour plusieurs adolescents, consommer de l'alcool est une façon d'expérimenter des sensations fortes. « *Les adolescents aiment l'intensité, l'excitation et l'éveil des sens. L'adolescence est une période où le sexe, les drogues, la vitesse, la musique très forte et d'autres expériences très intenses ont beaucoup d'attraits.* »

Ainsi, les adolescents sont doublement à risque d'abuser de l'alcool puisque d'une part, leur habileté à réfléchir adéquatement est en développement et que d'autre part, ils apprécient les sensations fortes. Ils sont donc malhabiles. Un chercheur écrit qu'« être adolescent, c'est démarrer les moteurs sans la présence d'un conducteur qualifié. »

RECONFIGURATION À L'ADOLESCENCE ET VULNÉRABILITÉ

Le cerveau des adolescents est inachevé et en voie de transformation majeure durant cette période de leur vie. À cet âge, le cerveau subit une reconfiguration et les centres responsables des émotions sont particulièrement modifiés.

Les lobes frontaux sont les éléments où la maturité est la plus tardive, et c'est là où sont situées les facultés de planification, de stratégie, d'organisation, de concentration et d'attention.

Un adolescent est donc un jeune qui ressent intensément les choses, tout en ayant une grande difficulté à se projeter dans le temps et parfois à prévoir les conséquences de ses comportements, notamment ceux à risque.

Certains chercheurs croient que si les adolescents surconsument de l'alcool, cela est lié en grande partie à l'incapacité d'anticiper les conséquences de leurs gestes.

LA CONSOMMATION DES ADOLESCENTS EN BREF

- *Les adolescents comment à boire tôt ;*
- *Les adolescents tendent à boire moins qu'avant. La proportion demeure cependant élevée ;*
- *La majorité des adolescents sont des buveurs occasionnels ;*
 - *Cependant, en secondaire 4 et 5, respectivement 30% et 36,8% d'entre eux sont des buveurs réguliers, consommant au moins deux fois par semaine ;*
- *La modération n'est pas au rendez-vous. Leur consommation montre une tendance à consommer de façon excessive lors d'une même occasion (5 verres ou plus) ;*
- *La majorité des adolescents boivent pour socialiser, à l'instar des adultes ;*
- *Le lien alcool-violence est à surveiller, l'alcool facilitant l'expression de la violence chez ceux qui y sont prédisposés.*

RECOMMANDATIONS D'ÉDUC'ALCOOL AUX JEUNES

- *Retarder le plus possible l'âge de la première consommation ;*
- *Ne jamais consommer de façon abusive quelles que soient les circonstances ;*
- *Éviter toute prise de risque additionnel sous l'effet de l'alcool ;*
- *Avoir en mémoire que l'alcool altère les perceptions ;*
- *Ne jamais conduire avec les facultés affaiblies ;*
- *Ne pas hésiter à demander de l'aide lors de difficultés.*

Source : Éduc'alcool, Alcool et santé, Les effets de la consommation précoce d'alcool www.educalcohol.gc.ca