

## Pratique sportive et usages de substances psychoactives, France, 2000

François Beck<sup>1,2</sup>, Stéphane Legleye<sup>1</sup>, Patrick Peretti-Watel<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Observatoire français des drogues et des toxicomanies, Paris <sup>2</sup>Cesames (Centre de recherche psychotropes santé mentale société), Paris

### INTRODUCTION

Le sens commun associe le sport à des valeurs positives en termes de santé, d'intégration sociale et de bien-être, de sorte que sport et drogues ont longtemps été considérés comme antinomiques. Toutefois, depuis quelques années des études remettent en cause cette antinomie. Des enquêtes auprès d'adolescents ont ainsi observé une relation curviligne entre la pratique sportive extra-scolaire et l'usage de produits psychoactifs, notamment pour l'alcool : les jeunes qui ne font pas de sport et ceux qui en font beaucoup consomment davantage que ceux qui ont une pratique modérée [1]. Une autre étude menée à partir de l'enquête European survey on alcohol and other drugs (Espad) 1999 avait montré qu'à l'adolescence les relations entre consommations de produits et pratique sportive dépendent de l'âge, du sexe, du produit et de son niveau d'usage [2,3]. Il s'agit ici de prolonger cette réflexion en illustrant la disparité de ces relations grâce à deux sources complémentaires, qui permettent de différencier les contextes de la pratique sportive et d'étudier la population adulte avec des indicateurs de dépendance : l'Enquête sur la santé et les comportements lors de l'appel de préparation à la défense (Escapad) 2000 centrée sur les 17 ans [4], le Baromètre santé 2000 en population adulte [5].

### MATÉRIEL ET MÉTHODES

#### Escapad 2000

L'Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT) a mis en place une enquête au cours de la journée d'appel et de préparation à la défense qui remplace le service militaire et concerne aussi les filles. Tous les appelés présents un jour donné ont rempli en mai 2000 un auto-questionnaire anonyme concernant la santé, le mode de vie et les usages de produits psychoactifs. L'enquête Escapad 2000 permet de travailler sur un gros échantillon (n = 8 414) limité aux 17 ans. Elle a été présentée par les intervenants de la Direction centrale du service national qui en ont surveillé la passation. Cette enquête a obtenu l'avis d'opportunité du Conseil national de l'information statistique et le label d'intérêt général du Comité du label.

#### Baromètre santé 2000

Le Baromètre santé 2000 de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes)<sup>1</sup> a été réalisé par téléphone en octobre-décembre 1999 auprès d'individus âgés de 12 à 75 ans (on se limitera ici aux 18-75 ans, soit 12 234 individus). Son objectif est de mesurer les comportements et les opinions des Français en matière de santé. Les numéros de téléphone des ménages ont été obtenus par génération aléatoire. Avant les appels, une lettre-annonce a été envoyée à tous les ménages, pour minorer les refus. Dans chaque foyer, l'individu éligible était sélectionné par la méthode du plus proche anniversaire. S'il n'était pas disponible, un rendez-vous lui était proposé.

1. en partenariat avec la Cnamts, la DGS, la Dress, l'OFDT, la FNMF, le HCSP et la Mildt. L'Inpes s'est substitué au CFES (Comité français d'éducation pour la santé) en mai 2002.
2. Question posée : "D'habitude, combien d'heures de sport faites-vous par semaine, à l'école ? En dehors de l'école dans un club ou en UNSS ? En dehors de l'école tout seul ou avec des copains ?"

La relation entre l'usage de produits psychoactifs et les pratiques sportives a été étudiée séparément pour les deux sexes. Pour chaque sexe, des régressions logistiques ont été réalisées pour contrôler l'effet de l'âge et mesurer l'influence de la pratique sportive en distinguant la pratique en club de la pratique seul ou entre copains<sup>2</sup> (données Escapad), ou en tenant compte de la sociabilité (sorties au cours des huit derniers jours, pour rencontrer des parents ou des amis au cours de conversations ou de visites, ou lors d'activités de groupe ou de loisir, données Baromètre).

#### Escapad 2000 : les effets du sexe et du contexte

Pour deux contextes (pratique en club *versus* seul ou entre copains), l'indicateur de pratique a été découpé en trois niveaux hebdomadaires (0 heure, 1 à 3 heures, 4 heures et plus). A 17 ans, 62,5 % des filles et 53,7 % des garçons ne font pas de sport en club (respectivement 54,4 % et 36,4 % seul ou entre copains), 23,5 % et 15,9 % en font 1 à 3 heures (respectivement 38,4 % et 38,4 %), 14,0 % et 30,4 % en font 4 heures et plus (respectivement 7,2 % et 25,2 %).

Pour les garçons, le sport est associé à un moindre tabagisme, sans variation selon l'intensité de la pratique : en club ou seuls ou entre copains, les sportifs fument moins que les non sportifs, qu'ils pratiquent 1 à 3 heures (OR = 0,67 et 0,59 selon le contexte) ou 4 heures et plus par semaine (OR = 0,71 et 0,64). En revanche, quel que soit le contexte, un effet curviligne apparaît pour les filles : celles qui pratiquent 1 à 3 heures par semaine fument moins souvent plus de 10 cigarettes par jour que les non sportives et les plus sportives. Cet effet est plus net en club : c'est la pratique modérée en club qui serait associée à un moindre tabagisme chez les filles (OR = 0,49). Concernant l'alcool, aucune relation significative avec la pratique sportive n'est à noter pour les garçons. En revanche, pour les filles, l'usage régulier d'alcool dépend de la pratique hors club : celles qui font au moins 4 heures de sport hebdomadaires hors club ont plus de chance d'avoir bu de l'alcool au moins 10 fois dans le mois (OR = 2,27). Enfin, pour le cannabis, seul apparaît un usage régulier plus rare chez les garçons pratiquant modérément en club.

Tableau 1

Régression logistique, pratique sportive et usages de produits psychoactifs (Escapad 2000)\*

Pratique sportive	Tabac >10 cig./jour		Alcool ≥10 fois/mois		Cannabis ≥10 fois/mois	
	G	F	G	F	G	F
odds ratios**						
<b>En club</b>						
Référence : 0 h	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
1 à 3 h / semaine	<b>0,67</b>	<b>0,49</b>	0,82	0,76	<b>0,69</b>	1,00
4 h et + / semaine	<b>0,71</b>	0,78	1,15	1,38	0,85	1,20
<b>Seul, entre copains</b>						
Référence : 0 h	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
1 à 3 h / semaine	<b>0,59</b>	<b>0,72</b>	0,92	1,08	0,93	1,08
4 h et + / semaine	<b>0,64</b>	0,87	0,96	<b>2,27</b>	0,86	0,91

\* n = 8 414 (3 362 filles et 5 051 garçons)

\*\* Les odds ratios en gras sont significatifs au seuil 0,05.

Source : Escapad 2000, OFDT

## Baromètre santé 2000 : sport et signes de dépendance

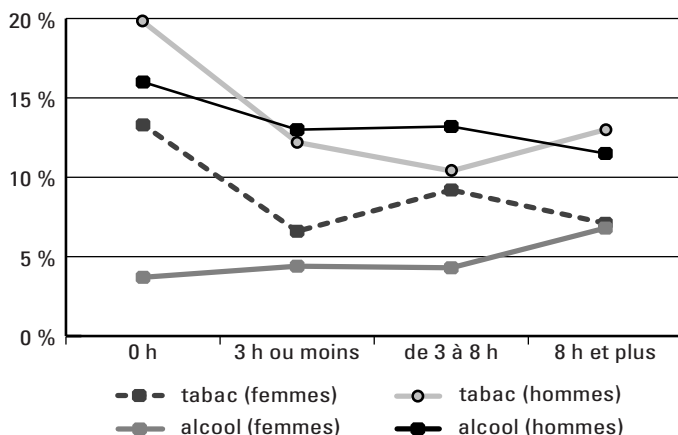
Les données du Baromètre ouvrent deux pistes pour prolonger nos analyses. D'une part, il fournit une tranche d'âge complémentaire : les 18-75 ans. D'autre part, il permet d'affiner l'analyse avec des indicateurs relatifs non plus au simple usage mais à une possible dépendance pour le tabac et l'alcool. En revanche, l'usage de cannabis, rare après 40 ans, n'a pas été étudié.

Comme la durée hebdomadaire de la pratique sportive est cette fois mesurée en minutes, et que l'on ne s'intéressera plus au contexte, il faut adapter les intervalles précédents (avec des intervalles plus larges puisque les contextes ne sont plus distingués) : aucune pratique (67,0 % des femmes, 58,7 % des hommes), 1 à 180 minutes ([0 ; 3h] : 16,3 % des femmes, 15,4 % des hommes), 181 à 479 minutes ([3h ; 8h] : resp. 10,1 % et 13,5 %), enfin 480 minutes et plus (8h et plus : 6,6 % et 12,4 %). Les indicateurs suivants repèrent des signes de dépendance : pour le tabac, fumer quotidiennement au moins 20 cigarettes ou fumer la première dans la demi-heure suivant le réveil (dépendance moyenne ou forte, en référence au mini-test de Fagerström) ; pour l'alcool, avoir répondu par l'affirmative à au moins deux des quatre questions du test Deta<sup>3</sup>.

Les signes de dépendance atteignent leur fréquence maximale pour le tabac entre 26 et 34 ans (24 % des hommes, 16 % des femmes) et pour l'alcool entre 45 et 54 ans (19 % des hommes, 5 % des femmes). Pour les deux sexes, la fréquence des signes de dépendance au tabac est plus élevée pour les non sportifs, sans varier avec l'intensité de la pratique : 16 % des non sportifs présentent des signes de dépendance tabagique, contre 10 % des sportifs modérés et 11 % des sportifs intensifs. En revanche, pour l'alcool, les résultats sont sexuellement différenciés : pour les hommes, les signes de dépendance à l'alcool sont moins fréquents lorsque la pratique sportive augmente (des non sportifs aux sportifs intensifs : de 16 % à 12 %), mais s'accroît pour les femmes (de 4 % à 7 %).

Figure 1

Signes de dépendance au tabac et à l'alcool selon le sexe et la pratique sportive hebdomadaire (18-75 ans)\*



\* n = 12 234 (6 907 femmes et 5 327 hommes)

Source : Baromètre Santé 2000, Inpes (CFES), exploitation OFDT

Pour les deux sexes, une fois l'effet de l'âge contrôlé, les résultats de l'enquête Escapad sont confirmés. Les non sportifs présentent plus souvent des signes de dépendance au tabac que les sportifs, sans différence entre modérés et intensifs. Pour l'alcool le contraste entre hommes et femmes perdure également. Les hommes qui ont une activité sportive ont plus rarement des signes de dépendance à l'alcool, en particulier les plus sportifs, tandis que la relation est inverse pour les femmes. L'effet de la sociabilité est faible pour les hommes, mais très significatif pour les femmes : celles qui déclarent beaucoup de sorties présentent plus souvent des signes de dépendance<sup>4</sup>.

3. Avez-vous déjà ressenti le besoin de diminuer votre consommation de boissons alcoolisées ? Votre entourage vous a-t-il déjà fait des remarques au sujet de votre consommation ? Avez-vous déjà eu l'impression que vous buviez trop ? Avez-vous déjà eu besoin d'alcool dès le matin pour vous sentir en forme ?

4. Pour les femmes, la prise en compte de la sociabilité réduit la relation entre sport et dépendance à l'alcool : si les sorties ne sont pas introduites dans le modèle, l'OR estimé à 1,56 passe à 2,36.

Tableau 2

Régression logistique, sport et signes de dépendance au tabac et à l'alcool (Baromètre santé 2000)\*

	Signes de dépendance			
	au tabac		à l'alcool	
	H	F	H	F
	odds ratios**			
<b>Age</b>				
Réf. : 18-34 ans	-1-	-1-	-1-	-1-
35-54 ans	<b>0,79</b>	1,05	<b>1,62</b>	<b>1,36</b>
55-75 ans	<b>0,30</b>	<b>0,27</b>	1,21	<b>0,64</b>
<b>Pratique sportive</b>				
Réf. : aucune pratique	-1-	-1-	-1-	-1-
3 h ou moins / semaine	<b>0,51</b>	<b>0,41</b>	<b>0,79</b>	1,00
>3 h et <8 h / semaine	<b>0,46</b>	<b>0,62</b>	0,83	0,91
8 h et + / semaine	<b>0,65</b>	<b>0,47</b>	<b>0,74</b>	<b>1,56</b>
<b>Sorties lors des 8 derniers jours</b>				
• Rencontres (parents, amis)				
Réf. : pas du tout, un peu	-1-	-1-	-1-	-1-
Beaucoup	1,13	1,16	<b>1,19</b>	<b>1,57</b>
• Activités de groupe, de loisir				
Réf. : pas du tout, un peu	-1-	-1-	-1-	-1-
Beaucoup	<b>0,73</b>	1,00	1,02	<b>1,78</b>

\* n = 12 234 (6 907 femmes et 5 327 hommes)

\*\* Les odds ratios en gras sont significatifs au seuil 0,05

Source : Baromètre santé 2000, Inpes (CFES), exploitation OFDT

## DISCUSSION

Les relations observées entre la pratique sportive et les usages des substances psychoactives les plus courantes sont donc contrastées. Pour le tabac, les non sportifs fument plus ou présentent plus souvent des signes de dépendance. A la fin de l'adolescence, des usages moins fréquents correspondent parfois à une pratique modérée en club, l'usage d'alcool étant associé pour les filles à une pratique plus intensive hors club. Comment interpréter ce résultat ? Entre autres explications, à l'adolescence, les usages de produits psychoactifs sont liés aux sorties, qui fournissent des occasions de se soustraire à l'autorité parentale. Or une pratique sportive intensive hors club est un indice de sorties fréquentes, peut-être davantage pour les filles.

Pour l'alcool, la relation diffère selon le sexe : elle est négligeable pour les garçons de 17 ans, tandis que parmi leurs aînés les non sportifs présentent plus souvent des signes de dépendance. En revanche, les filles de 17 ans qui font beaucoup de sport en dehors d'un club boivent plus d'alcool, tandis que parmi les femmes de 18 à 75 ans les plus sportives présentent plus fréquemment des signes de dépendance. Quant à l'usage régulier de cannabis parmi les adolescents, il varie peu avec la pratique sportive. Les résultats observés pour l'alcool soulignent l'importance du contexte de l'activité sportive et son articulation avec d'autres formes de sociabilité. Enfin, un autre aspect essentiel de cette activité, la discipline pratiquée, a déjà été étudié [4,6]. Les sports collectifs correspondent à des usages d'alcool et de tabac plus fréquents pour les filles. Les sports athlétiques (athlétisme, natation, vélo) sont associés à un tabagisme beaucoup plus rare pour les deux sexes, et à des usages d'alcool et de cannabis plus rares pour les garçons. Quels que soient le sexe et le produit, les usages sont plus fréquents pour les pratiquants d'un sport de glisse (surtout pour le cannabis).

## RÉFÉRENCES

- [1] Choquet M, Bourdessol H, Arvers P, Guilbert P, De Peretti C. Jeunes et pratique sportive, rapport Injep, 2000 (67 p.)
- [2] Peretti-Watel P, Beck F, Legleye S (2002). Beyond the U-curve : the relationship between sport and alcohol, cigarette and cannabis use, *Addiction*, 97, pp 707-716
- [3] Beck F, Legleye S, Peretti-Watel P. Pratique sportive et usages de produits psychoactifs, de l'adolescence à l'âge adulte, *Tendances*, 2001, n°13, OFDT
- [4] Beck F, Legleye S, Peretti-Watel P. Regards sur la fin de l'adolescence : consommation de produits psychoactifs dans l'enquête Escapad 2000, 2000, rapport OFDT (220 p.)
- [5] Guilbert P, Lefèvre B. Activité sportive et comportements de santé, in Guilbert et al., *Baromètre santé 2000*. Vanves : CFES, 2001 : pp.29-50
- [6] Beck F, Legleye S, Peretti-Watel P. (2002) Sport et usages de produits psychoactifs dans les enquêtes quantitatives auprès des jeunes scolarisés : quelles interprétations sociologiques ? in Faugeron C., Kokoreff M., *Société avec drogue*. Enjeux et limites, Erès, Ramonville-Ste-Agne.