



Pratique sportive et usages de produits psychoactifs, de l'adolescence à l'âge adulte

Le sport est souvent associé à des valeurs positives en termes de santé, de bien-être et d'intégration sociale. Les messages de prévention le présentent même parfois comme une alternative à l'usage de drogues. Pourtant, des études épidémiologiques et ethnologiques réalisées ces dernières années remettent en cause l'effet protecteur supposé de la pratique sportive à l'égard des usages de substances psychoactives. Elles invitent à reconsidérer les relations entre cette pratique et ces usages. En France, cette réflexion s'est notamment concrétisée par le séminaire *Pratiques sportives des jeunes et conduites à risques* organisé fin 2000¹. A partir d'enquêtes auprès d'adolescents, ce séminaire a, entre autres, permis de souligner l'existence d'une « courbe en U » entre la pratique sportive extra-scolaire et la consommation de produits psychoactifs, en particulier 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.

Le dispositif d'enquêtes en population générale mis en place par l'OFDT permet d'explorer cette relation pour les produits les plus courants (alcool, tabac, cannabis), à partir de trois sources complémentaires : une enquête auprès des jeunes scolarisés (ESPAD 1999, en partenariat avec l'INSERM et l'Education nationale, sous la responsabilité scientifique de M. Choquet et S. Ledoux), une enquête auprès des jeunes à la fin de l'adolescence (ESCAPAD 2000, réalisée par l'OFDT), enfin une enquête auprès des 12-75 ans, le Baromètre Santé 2000 (réalisé par le CFES, sous la responsabilité scientifique de P. Guilbert et F. Baudier).

ESPAD 1999 : des relations très variées

Dans l'enquête ESPAD 1999, parmi 10 810 collégiens et lycéens âgés de 14 à 19 ans, 62 % ont pratiqué une activité physique ou sportive en dehors de l'école au cours des douze derniers mois (73 % des garçons, 52 % des filles). Les usages de produits psychoactifs mesurés par cette enquête sont présentés de façon synthétique dans *Tendances* n° 6. Pour étudier les relations entre ces usages et la pratique sportive extra-scolaire, quatre types de sportifs ont

été distingués selon le nombre d'heures de sport hebdomadaires : les non sportifs (aucune pratique sportive en dehors de l'école : n = 4 371), les sportifs modérés en deux niveaux (de 1 à 3 heures : n = 2 821 ; de 4 à 7 heures : n = 2 379), enfin les sportifs intensifs (8 heures ou plus : n = 1 239). Les relations entre consommations de produits psychoactifs et pratique sportive s'avèrent très variables. Elles dépendent notamment du sexe, du niveau d'usage, du produit et de l'âge.

D'abord, les résultats sont souvent différents pour les filles et les garçons. Concernant le cannabis, les garçons les moins consommateurs sont les sportifs modérés, et ce quel que soit le niveau d'usage (occasionnel : au moins 1 fois dans l'année ; répété : au moins 10 fois dans l'année ; régulier : au moins 10 fois dans le mois). Par contre, pour les filles, aucune relation significative n'apparaît entre intensité de la pratique sportive et consommation occasionnelle, répétée ou régulière de cannabis.

Ensuite, les résultats peuvent varier avec le niveau d'usage. Pour le tabac, la proportion de fumeurs quotidiens baisse avec l'intensité de la pratique sportive. En revanche, une courbe en U apparaît pour les adolescents qui fument plus de 10 cigarettes par jour : pour les deux sexes, cet usage concerne davantage les deux extrêmes de la pratique sportive (9 % des non sportifs et des sportifs intensifs, contre 5 % des deux catégories de sportifs modérés).

La relation entre l'usage de produits psychoactifs et la pratique sportive dépend aussi du produit considéré. Si pour les garçons une courbe en U apparaît pour le cannabis comme pour l'alcool, le détail de cette courbe diffère significativement d'un produit à l'autre : les non sportifs consomment plus de cannabis que les sportifs intensifs, mais boivent moins souvent de l'alcool.

Enfin, la relation entre sport et consommation de substances psychoactives médiatise en partie l'effet de l'âge : les sportifs modérés sont en moyenne âgés de 16 ans et 3 mois, contre 16 ans et 5 mois pour les sportifs intensifs et

1. Par le ministère de la Jeunesse et des Sports (MJS) et la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les toxicomanies (MILDT).

Comment lire les résultats ?

La régression logistique permet de mesurer simultanément les relations entre plusieurs variables « explicatives » (ici l'âge, la pratique sportive et l'inscription en club) et une variable « expliquée » (un usage donné de substances psychoactives). L'effet estimé pour une variable explicative est valable « toutes choses égales par ailleurs », c'est-à-dire une fois contrôlée l'influence des autres variables présentes dans le modèle. Cet effet est représenté par un *odds ratio* (OR), qui s'interprète comme un risque relatif ou un rapport des chances. Pour une variable quantitative (comme l'âge en années), il donne l'impact d'une unité supplémentaire. Pour une variable qualitative (qui se décline en plusieurs modalités), l'OR d'une modalité compare celle-ci à la modalité prise en référence. Un OR supérieur

à 1 signale l'accroissement du risque relatif d'observer, dans notre cas, l'usage étudié, inversement un OR inférieur à 1 correspond à une diminution de ce risque. Ici, les OR significativement différents de 1 sont portés en gras et repèrent donc les variables qui ont une influence non négligeable. Prenons par exemple le fait de fumer plus de 10 cigarettes par jour pour les garçons d'ESPAD. L'OR de l'âge vaut 1,38, il est en gras donc significatif : toutes choses égales par ailleurs, la probabilité de fumer plus de 10 cigarettes par jour augmente avec l'âge. Concernant la pratique sportive, la référence correspond aux non sportifs. Pour les deux niveaux intermédiaires les OR sont en gras et inférieurs à 1 (0,54 et 0,51) : les sportifs modérés ont moins de chances de fumer plus de 10 cigarettes par jour que les non sportifs. En revanche l'OR des sportifs intensifs n'est pas significatif (0,87) : ces derniers ont autant de risques que les non sportifs de déclarer cet usage du tabac.

16 ans et 7 mois pour les non sportifs. Ces écarts d'âge contribuent à l'apparition d'une courbe en U, puisque les usages de produits psychoactifs augmentent avec l'âge : les non sportifs et les sportifs intensifs étant plus âgés, ils ont mécaniquement tendance à consommer davantage.

Des régressions logistiques permettent d'apprécier la relation entre pratique sportive et usages de substances psychoactives (tabac : fumer plus de 10 cigarettes par jour ; usage répété d'alcool : au moins 10 fois dans le mois ; usage régulier de cannabis), en contrôlant l'influence de l'âge et en différenciant les deux sexes. L'inscription dans un club sportif sera aussi prise en compte, car elle peut influencer les consommations dans la mesure où ceux qui pratiquent seuls ou entre copains sont moins encadrés par des adultes que ceux qui pratiquent en club.

Si l'âge est toujours significativement lié à l'usage, ce n'est le cas ni de la pratique sportive ni de l'inscription en club. Pour les deux sexes, on retrouve une courbe en U pour le tabac (les sportifs intensifs fument autant que les non sportifs, les sportifs modérés fument moins), mais aucune relation pour l'alcool et le cannabis². Quant à l'inscription en club, elle n'est significativement associée qu'à l'usage régulier de cannabis chez les garçons (les inscrits consomment moins). Toutefois, pour les jeunes inscrits en club, ESPAD ne différencie pas les heures de sport en club et hors club.

ESCAPAD 2000 : les effets du sexe et du contexte

L'enquête ESCAPAD 2000 permet de neutraliser l'effet de l'âge en se limitant aux 17 ans, tout en conservant un gros échantillon (n = 8 414). Elle sépare aussi les temps de pratique en club et seul ou entre copains. Pour ces deux contextes, l'indicateur de pratique sportive a été adapté : trois niveaux hebdomadaires (0 heure, 1 à 3 heures, 4 heures et plus) ont été distingués. Les régressions logistiques précédentes ont été répétées.

Pour les garçons, le sport va de pair avec un moindre tabagisme, sans variation selon l'intensité de la pratique : en club ou seul ou entre copains, les sportifs fument moins que les non sportifs, qu'ils fassent de 1 à 3 heures ou 4 heures et plus par semaine. En revanche, quel que soit le contexte de la pratique, une courbe en U apparaît pour les filles : celles qui font de 1 à 3 heures par semaine fument moins souvent plus de 10 cigarettes par jour que les non sportives et les sportives. Cette courbe est surtout marquée pour le sport en club : ce serait donc la pratique modérée et en club qui « protégerait » le mieux les filles. Concernant l'alcool, aucune relation significative n'est à noter pour les garçons. Par contre, chez les filles, l'usage répété d'alcool dépend de la pratique hors club : les filles qui font au moins 4 heures de sport hebdomadaire seules ou entre copains

ont deux fois plus de chances d'avoir bu de l'alcool au moins 10 fois dans le mois. Enfin, pour le cannabis, on observe simplement un usage régulier plus rare chez les garçons pratiquant modérément en club.

Bref, des usages moins fréquents correspondent souvent à une pratique sportive modérée en club, et des usages plus fréquents à une pratique plus intensive seul ou entre copains, en particulier pour les filles. Comment interpréter ce résultat ? À l'adolescence, les usages de produits psychoactifs sont liés à la sociabilité et aux sorties, qui fournissent des occasions et soustraient

2. Toutefois, pour les sportives intensives, rares dans l'échantillon, certains OR sont élevés mais pas significatifs.

Régression logistique : usages de produits psychoactifs et pratique sportive (ESPAD 1999)

	Tabac		Alcool		Cannabis	
	> 10 cigarettes par jour		≥ 10 fois dans le mois		≥ 10 fois dans le mois	
	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles
	(n=770)		(n=946)		(n=693)	
âge	1,38	1,51	1,46	1,28	1,62	1,45
sport hors de l'école						
référence : 0 h	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
1 à 3 h par semaine	0,54	0,88	0,92	0,97	0,86	1,00
4 à 7 h par semaine	0,51	0,64	0,95	1,19	1,12	0,96
8 h et + par semaine	0,87	1,28	1,15	1,49	1,02	1,78
inscription en club						
référence : non inscrit	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
inscrit	1,02	0,86	1,14	1,05	0,73	0,86

Source - ESPAD 1999-INSERM-OFDT-MENRT

Odds ratio en gras = significatif

les jeunes à l'autorité adulte. Une pratique sportive intensive hors club est un indice de sorties fréquentes, peut-être davantage pour les filles que pour les garçons.

Régression logistique : usages de produits psychoactifs et pratique sportive (ESCAPAD 2000)

pratique sportive	Tabac > 10 cigarettes par jour (n=1010)		Alcool ≥ 10 fois dans le mois (n=990)		Cannabis ≥ 10 fois dans le mois (n=888)	
	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles
en club						
référence : 0 h	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
1 à 3 h par semaine	0,67	0,49	0,82	0,76	0,69	1,00
4 h et + par semaine	0,71	0,78	1,15	1,38	0,85	1,20
seul, entre copains						
référence : 0 h	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-	-1-
1 à 3 h par semaine	0,59	0,72	0,92	1,08	0,93	1,08
4 h et + par semaine	0,64	0,87	0,96	2,27	0,86	0,91

Source - ESCAPAD 2000, OFDT

Odds ratio en gras = significatif

Baromètre Santé 2000 : sport et signes de dépendance

Les données du Baromètre Santé ouvrent deux pistes pour prolonger ces analyses. D'abord, après les 14-19 ans puis les 17 ans, le Baromètre fournit une tranche d'âge complémentaire : les 20-75 ans. Ensuite, pour le tabac et l'alcool le Baromètre permet une analyse plus fine des usages intensifs car il fournit des indicateurs de dépendance. En revanche, la consommation de cannabis devenant rare après 40 ans, elle n'a pas été étudiée.

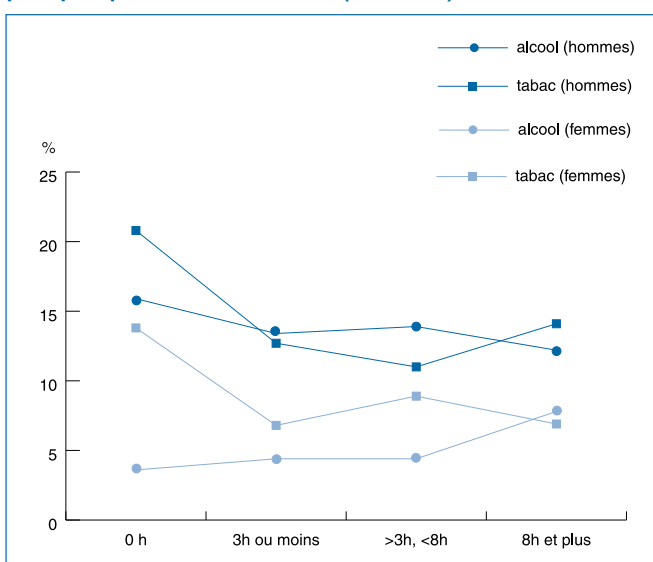
Comme la durée hebdomadaire de la pratique sportive (en dehors de l'école et du travail) est cette fois mesurée en minutes et non en heures, il faut adapter les intervalles précédents : aucune pratique, de 1 à 180 minutes (3 h ou moins), de 181 à 479 minutes (plus de 3h mais moins de 8 h), enfin 480 minutes et plus (8 h et plus). Pour repérer des signes de dépendance au tabac ou à l'alcool, les indicateurs suivants ont été choisis : pour le tabac, fumer au moins 20 cigarettes par jour ou fumer la première dans la demi-heure suivant le réveil ; pour l'alcool, avoir répondu par l'affirmative à au moins deux des quatre questions du test DETA³.

Les signes de dépendance atteignent un pic 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). Le graphique ci-après met en regard ces signes de dépendance avec la pratique sportive hebdomadaire. Pour les deux sexes, la fréquence des signes de dépendance au tabac est significativement plus élevée pour les non sportifs, mais ensuite ne varie plus avec l'intensité de la pratique : hommes et femmes confondus, 17 % 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 diffèrent significativement selon le sexe : pour les hommes, la fréquence des signes de dépendance à l'alcool baisse lorsque la pratique sportive augmente (des non sportifs aux sportifs intensifs : de 16 % à 12 %), tandis qu'elle augmente pour les femmes (respectivement de 4 % à 8 %).

Ici encore, des régressions logistiques permettent de contrôler l'effet de l'âge. Comme la relation entre âge et signes de dépendance est non linéaire (avec un pic pour les âges intermédiaires), l'âge sera pris en compte en distinguant trois tranches : 20-34 ans, 35-54 ans et 55-75 ans. Comme on a supposé plus haut que la pratique sportive pouvait être un indice des sorties, deux autres variables ont été introduites pour prendre en compte la sociabilité des enquêtés : être *beaucoup, un peu ou pas du tout* sorti au cours des huit derniers jours, pour rencontrer des parents ou des amis au cours de conversations ou de visites d'une part, lors d'activités de groupe ou de loisirs (activités associatives, cinéma, soirées...) d'autre part.

Pour les deux sexes, une fois l'effet de l'âge contrôlé les résultats précédents sont confirmés. Les non sportifs présentent plus souvent des signes de dépendance au tabac que les sportifs, sans différence entre sportifs modérés et intensifs (avec un faible impact de la sociabilité). Pour l'alcool le contraste entre hommes et femmes perdure également. Les hommes les plus sportifs ont plus rarement des signes de dépendance à l'alcool, 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 ou de rencontres présentent plus souvent des signes de dépendance⁴.

Signes de dépendance au tabac et à l'alcool selon le sexe et la pratique sportive hebdomadaire (20-75 ans)



Source - Baromètre Santé 2000, CFES, exploitation OFDT

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. Notons que, 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 1,76 passe à 2,36.

	Signes de dépendance			
	au tabac (n = 1623)		à l'alcool (n = 1014)	
	hommes	femmes	hommes	femmes
Âge <i>référence : 20-34 ans</i>	- 1 -	- 1 -	- 1 -	- 1 -
35-54 ans	0,80	1,03	1,58	1,38
55-75 ans	0,29	0,27	1,23	0,75
Pratique sportive <i>référence : aucune pratique</i>	- 1 -	- 1 -	- 1 -	- 1 -
3 h ou moins par semaine	0,51	0,42	0,81	1,02
>3 h et <8 h par semaine	0,46	0,59	0,87	1,01
8 h et + par semaine	0,66	0,46	0,74	1,76
Sorties lors des 8 derniers jours				
- Rencontres (parents, amis) <i>référence : pas du tout, un peu</i>	- 1 -	- 1 -	- 1 -	- 1 -
beaucoup	1,10	1,15	1,19	1,55
- Activités de groupe, de loisir <i>référence : pas du tout, un peu</i>	- 1 -	- 1 -	- 1 -	- 1 -
beaucoup	0,73	0,99	1,05	1,70

Source - Baromètre Santé 2000, CFES, exploitation OFDT
Odds ratio en gras = significatif

Conclusion

Les relations observées entre la pratique sportive et les usages des substances psychoactives les plus courantes (tabac, alcool, cannabis) sont contrastées.

Pour le tabac, une fois contrôlés l'âge et le sexe, ce sont les non sportifs qui fument le plus ou qui présentent le plus souvent des signes de dépendance.

Pour l'alcool, la relation diffère selon le sexe. Elle est négligeable pour les garçons de 17 ans, tandis que parmi les hommes de 20 à 75 ans, 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 20 à 75 ans les plus sportives présentent plus fréquemment des signes de dépendance (ces signes étant aussi liés aux sorties).

Quant à l'usage régulier de cannabis parmi les adolescents, à sexe et âge comparables, il varie peu avec la pratique sportive.

Les résultats observés pour l'alcool soulignent l'importance du contexte de l'activité sportive et son association avec d'autres formes de sociabilité (éventuellement avant ou après l'activité elle-même). Bien sûr, un autre aspect essentiel de la pratique sportive a ici été laissé de côté : la discipline pratiquée. Cet aspect a déjà été étudié pour ESCAPAD. Il reste à étendre ce travail aux deux autres enquêtes.

François Beck, Stéphane Legleye, Patrick Peretti-Watel ■

Les données présentées ici sont issues de 3 enquêtes nationales :

■ ESPAD 1999 : enquête en milieu scolaire menée par l'INSERM en partenariat avec l'OFDT et le MENRT. Le terrain a eu lieu de mars à mai 1999 dans une trentaine de pays européens sur la base d'un questionnaire commun. L'échantillon français atteint 11 870 élèves tirés au sort par classe (2 classes dans chacun des 300 établissements sélectionnés, de la quatrième à la terminale) parmi tous les types d'établissements des enseignements public et privé. En classe, en présence d'un professionnel de santé, les jeunes ont répondu individuellement à un auto-questionnaire.

■ ESCAPAD 2000 : l'OFDT a mis en place une enquête au cours de la Journée d'appel et de préparation à la défense (JAPD) qui remplace le service militaire. Tous les appelés présents un jour donné (environ 14 000) ont rempli en mai 2000 un autoquestionnaire pendant 25 minutes. Ils ont entre 17 et 19 ans. Cette enquête a obtenu l'avis d'opportunité du Conseil national de l'information statistique (CNIS) et s'est vue attribuer le label d'intérêt général par le Comité du Label.

■ Baromètre Santé 2000 : le CFES a réalisé une enquête multithématique par téléphone entre octobre et décembre 1999 auprès de 13 685 individus âgés de 12 à 75 ans. L'objectif de celle-ci est de mesurer les comportements et les opinions des Français en matière de santé, afin notamment d'orienter les actions des professionnels et des décideurs de santé publique. Les résultats présentés ici sont pondérés par la probabilité de tirage au sein du ménage mais ne sont pas calés sur les données du dernier recensement. Les partenaires du CFES sont la CNAMTS, le ministère de l'Emploi et de la Solidarité (DGS, DREES), l'OFDT, la FNMF, le HCSP, la MILDT et la FNORS.

► Pour en savoir plus...

BECK (F.), LEGLEYE (S.), PERETTI-WATEL (P.), *Regards sur la fin de l'adolescence : consommation de produits psychoactifs dans l'enquête ESCAPAD 2000*, OFDT, Paris, 2000 (220 p.).

CHOQUET (M.), « Jeunes, sport, conduites à risque », communication au séminaire *Pratiques sportives des jeunes et conduites à risques* (www.jeunesse-sports.gouv.fr/conduitesarisques), 2000.

CHOQUET (M.), BOURDESSOL (H.), ARVERS (P.), GUILBERT (P.), DE PERETTI (C.), *Jeunes et pratique sportive*, INJEP, 2000 (67 p.).

GUILBERT (P.), « Pratique du sport et habitudes alimentaires », *Baromètre santé, premiers résultats 2000* (4 p.).

GUILBERT (P.), BAUDIER (F.), « Sport et activité physique », in BAUDIER (F.), JANVRIN (M.P.), ARÈNES (J.), *Baromètre santé jeunes 1997/1998*, CFES, Vanves, 1998 : p. 101-115.

Tendances

Directeur de la publication : Jean-Michel Costes ■ Comité de rédaction : Claude Faugeron, Claude Got, Roger Henrion, Monique Kaminski, Pierre Kopp, France Lert, Thomas Rouault, Laurent Toulemon, Marc Valleur ■ Rédaction : François Beck, Pierre-Yves Bello, Hassan Berber, Thierry Delprat, Cristina Diaz-Gomez, Michel Gandilhon, Nicolas Gillio, Alain Labrousse, Stéphane Legleye, Hélène Martineau, Carine Mutatayi, Christophe Palle, Patrick Peretti-Watel, Abdalla Toufik ■ Secrétariat de rédaction : Thierry Delprat ■ Maquettistes : Elodie Camberlain et Frédérique Million ■ Documentation : Anne de l'Eprevier et Laurence Callard ■ Impression : Imprimerie Megatop — avenue du Cerisier Noir — BP 22 — 86530 Naintré ■ ISSN 1295-6910. Dépôt légal à parution ■



Observatoire français des drogues et des toxicomanies

Vous pouvez consulter cette publication sur internet (<http://www.drogues.gouv.fr>, rubrique : « Pour en savoir plus/synthèses et dossiers thématiques »)
An english version of this publication will be available soon on Web at this URL : <http://www.drogues.gouv.uk/index.html> (professional knowledge/specific themes)