



Centre canadien **de lutte
contre les toxicomanies**
Canadian Centre
on **Substance Abuse**

Collaboration. Connaissance. Changement.
Partnership. Knowledge. Change.

www.cclt.ca • www.ccsa.ca

Programmes sportifs pour jeunes qui abordent la consommation de substances — Analyse environnementale

Juillet 2016

Programmes sportifs pour jeunes qui abordent la consommation de substances — Analyse environnementale

Ce document est publié par le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies (CCLT).

Citation proposée : McKiernan, Anna. *Programmes sportifs pour jeunes qui abordent la consommation de substances — Analyse environnementale*. Ottawa (Ontario), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2016.

© Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2016.

CCLT, 500-75, rue Albert
Ottawa (Ontario) K1P 5E7
Tél. : 613-235-4048
Courriel : info@ccsa.ca

Ce document a été produit grâce à une contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de Santé Canada.

Ce document peut aussi être téléchargé en format PDF au www.cclt.ca

This document is also available in English under the title:

Youth Sport Programs that Address Substance Use – An Environmental Scan

ISBN 978-1-77178-334-7



Table des matières

Résumé.....	1
Messages clés	1
L'enjeu	1
Objectifs	2
Méthode.....	2
Résultats	3
Leçons retenues.....	4
Conclusion.....	4
Introduction	6
Objectifs	7
Méthode	8
Résultats : Résumé des programmes	10
Programmes entre pairs.....	10
Résumé.....	17
Programmes de sensibilisation	17
Résumé.....	21
Normalisation sociale	22
Résumé.....	25
Dépistage, consultation et counseling	26
Résumé.....	33
Offrir l'accès au sport.....	33
Résumé.....	36
Programmes à plusieurs niveaux	36
Résumé.....	40
Leçons retenues.....	41
Conclusion	45



Références	47
Annexe A	54
Demande d'information	54
Affichage LinkedIn	56
Annexe B	57
Stratégies de recherche	57
Annexe C	58
Théories de programme	58



Remerciements

L'auteur tient à remercier les réviseurs externe pour leurs commentaires sur le rapport.



Résumé

Messages clés

- Même si les résultats sont variables pour le moment, les recherches ont établi un lien entre la consommation de substances chez les jeunes et la pratique sportive. Dans certains cas, cette pratique a mené à une augmentation de la consommation de certaines substances (p. ex. l'alcool), alors que dans d'autres cas, elle a mené à une diminution (p. ex. drogues illicites).
- Même si peu de programmes sportifs qui abordent la consommation de substances ont été évalués pour leur capacité à influencer la consommation de substances des jeunes, les données probantes portant à croire que le sport peut aider à diminuer la consommation de substances de cette population prennent de l'ampleur.
- Le type le plus courant de programme misant sur l'environnement sportif pour influencer les jeunes est celui des programmes entre pairs; les programmes de dépistage, de consultation et de counseling et les programmes fondés sur des campagnes de normalisation sociale. Ces programmes reposaient le plus souvent sur la théorie du comportement planifié et, dans une moindre mesure, sur la théorie de l'apprentissage social, selon lesquelles les jeunes prennent des décisions en fonction de leurs connaissances et de leurs attitudes, qui sont influencées par ceux qu'ils côtoient.
- Le sport offre l'occasion optimale de mettre à profit l'environnement d'équipe et influencer les jeunes pour déployer des efforts de prévention ciblés et adaptés et enseigner aux jeunes des comportements de rechange à la consommation de substances.

L'enjeu

Le sport est une des activités les plus courantes chez les jeunes. Plus de 80 % des jeunes de 3 à 17 ans participent à un sport quelconque (Solutions Research Group, 2014). Par conséquent, certains intervenants du domaine de la prévention de la consommation de substances espèrent pouvoir mettre le sport à profit pour prévenir et réduire la consommation de substances par ce groupe d'âge. Malheureusement, la nature de la relation entre la consommation de substances et le sport est peu concluante; certaines recherches portent à croire que la pratique sportive protège contre la consommation de certaines substances (p. ex. la marijuana), mais qu'elle peut aussi accroître la consommation d'autres substances (p. ex. l'alcool). La complexité de la relation croît davantage si on tient compte des considérations contextuelles comme le type de sport, l'expérience sportive et la participation d'un entraîneur. Il n'est donc pas surprenant qu'il existe en ce moment une lacune de recherche mettant l'accent sur la pratique sportive comme outil efficace de prévention de la consommation de substances chez les jeunes. Il existe toutefois un certain nombre de programmes sportifs qui incorporent la sensibilisation à la consommation de substances ou la prévention de celle-ci et dont l'efficacité a été évaluée.

La recherche dans ce domaine, particulièrement dans le contexte canadien, est lacunaire sur plusieurs plans. Les recherches démontrant l'influence que peut exercer le sport sur la consommation de substances chez les jeunes Canadiens sont minimales. Il n'y a aussi pas de définition uniforme du terme « sport » dans la collecte de données au Canada. La recherche n'offre aucune information sur la façon dont le Canada se sert du sport comme outil de prévention auprès



des jeunes. Le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies (CCLT) s'emploie, avec l'aide d'intervenants des domaines de la prévention de la consommation de drogues, du sport et des services aux jeunes, à déterminer la façon d'élucider les recherches dans ce domaine.

Les intervenants ont cerné le besoin d'un aperçu exhaustif de la place du sport dans le domaine de la prévention de la consommation de substances, ce qui a mené à la présente analyse environnementale. L'auditoire cible de l'analyse comprend les praticiens travaillant auprès des jeunes ou dans le sport et souhaitant élaborer un programme de prévention de consommation de substances axé sur le sport pour leur organisation ou y en incorporer un et les chercheurs dans les domaines de la prévention de la consommation de substances chez les jeunes ou du développement positif des jeunes et du sport.

Objectifs

Les objectifs de l'analyse environnementale étaient les suivants :

- Recenser et résumer l'ensemble des programmes sportifs nord-américains pour jeunes comprenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances;
- Déterminer si ces programmes réduisent en effet la consommation de substances chez les jeunes (de 10 à 24 ans);
- Résumer les leçons retenues dans le domaine en fonction des évaluations examinées par des pairs dans le but de faciliter l'échange de connaissances et d'aider les concepteurs de programmes à façonner leurs propres programmes communautaires fondés sur des données probantes ou à adopter un programme sportif préexistant.

Méthode

L'analyse environnementale comprend une recherche d'articles sur le sujet publiés dans la littérature grise et dans la littérature évaluée par les pairs. Une demande d'information a aussi été transmise aux organismes pertinents et un affichage a été ajouté au groupe canadien Sport et prévention de l'abus de substances chez les jeunes dans LinkedIn. Pour être inclus, le programme devait :

- Être axé vers les sports (d'équipe ou individuel) ou cibler les athlètes;
- Comprendre de l'information et offrir une sensibilisation à l'alcool, au tabac ou à d'autres drogues;
- Viser à prévenir ou retarder la consommation de substances ou à réduire les méfaits y-associés;
- Être offert au niveau d'intervention primaire ou secondaire;
- Cibler les jeunes de 10 à 24 ans;
- Se trouver au Canada ou ailleurs en Occident;
- Être offert en anglais, en français ou dans les deux langues.

L'analyse comprenait un total de 12 programmes dont l'efficacité avait été évaluée et 14 programmes figurant dans la littérature grise (dont un seul comprenait une composante d'évaluation).



Résultats

Plusieurs des initiatives recensées par l'analyse incorporaient des approches de prévention de la consommation de substances fondées sur des données probantes, comme l'utilisation d'approches souples à plusieurs niveaux, l'exécution de programmes aux périodes fortes de développement (c.-à-d. au secondaire) et le fait de cibler les programmes aux sous-groupes (p. ex. équipes sportives). Bien que ces types de programmes soient appuyés dans la littérature sur la prévention chez les jeunes, les données probantes pour leur efficacité dans le cadre d'initiatives axées sur le sport ne sont pas particulièrement concluantes, ce qui signifie que les considérations clés mentionnées ici reposent uniquement sur cette nouvelle littérature examinée par des pairs.

Les résultats évalués de l'analyse démontrent que les types de programmes utilisant le plus couramment l'environnement sportif pour influencer les jeunes sont les programmes entre pairs; les programmes de dépistage, de consultation et de counseling et les programmes fondés sur des campagnes de normalisation sociale. Ces programmes reposaient le plus souvent sur la théorie du comportement planifié (Ajzen, 2012) et, dans une moindre mesure, sur la théorie de l'apprentissage social (Bandura, 1977), selon lesquelles les jeunes prennent des décisions en fonction de leurs connaissances et de leurs attitudes, qui sont influencées par ceux qu'ils côtoient. La plupart des programmes examinés débutaient au niveau primaire de prévention de la communauté (p. ex. les équipes sportives). Cependant, les programmes de dépistage, de consultation et de counseling ciblaient le niveau secondaire (jeunes à risque de consommation de substances). La liste suivante présente les types de programmes communs, ainsi que les conclusions préliminaires des évaluations par les pairs recensées par l'analyse :

- **Entre pairs** – programmes faisant appel à des chefs d'équipe ou à des ambassadeurs pour présenter la programmation (p. ex. le programme Athletes Targeting Health Exercise and Nutrition Alternatives [ATHENA]). Ces programmes ont démontré que l'équipe est un outil efficace pour inciter les jeunes à changer de comportement et ont mené à une réduction de l'intention de consommer des drogues et une augmentation d'habitudes saines.
- **Sensibilisation** – programmes qui sensibilisent les participants aux méfaits des drogues et de l'alcool pour les athlètes et aux comportements sains de rechange (p. ex. le programme de sensibilisation en ligne de l'Association canadienne de crosse). Ces programmes ont permis de modifier les comportements pourvu qu'on offre une solution de rechange au comportement malsain.
- **Normalisation sociale** – programmes utilisant des données des environnements postsecondaires pour sensibiliser les jeunes aux réalités de la consommation de drogues (p. ex. taux, fréquence et type de consommation) par leurs pairs (p. ex. l'intervention Web eCHECK UP TO GO). Ces programmes ont modifié les attitudes et ont donné lieu à un changement de comportement lorsqu'ils ciblaient un auditoire précis (p. ex. les athlètes) plutôt que le grand public.
- **Dépistage, consultation et counseling** – programmes faisant appel à une rétroaction adaptée en fonction des facteurs de dépistage pour la santé en vue d'élaborer des plans de santé adaptés (p. ex. le programme Student Athlete Testing Using Random Notification [SATURN]). Ces programmes se sont avérés efficaces lorsqu'ils incorporaient des éléments de sensibilisation, de rétroaction personnelle et un plan adapté au participant pour changer son comportement.
- **Accès au sport** – programmes qui rendent le sport accessible aux jeunes et qui ainsi les éloignent des comportements liés aux drogues (p. ex. le First Choice Physical Fitness



Program). Il existe un manque de données évaluatives sur ces types de programmes pour ce qui est de la réduction de consommation de substances, mais ils sont susceptibles d'accroître l'activité physique des participants.

- Les programmes à **plusieurs niveaux** faisaient appel à plusieurs des éléments ci-dessus (p. ex. le modèle Athletic Prevention, Programming and Leadership Education [APPLE]). Selon un examen de la littérature, il est important de veiller à ce que tous les éléments employés soient appropriés à l'auditoire et à l'organisation pour arriver à modifier les comportements.

Leçons retenues

Selon les résultats des programmes évalués dans le cadre de cette analyse, voici certaines des considérations essentielles aux praticiens qui élaborent ou adoptent des programmes de prévention axés sur les sports :

- Inclure une administration de programme entre pairs, car les jeunes réagissent mieux à des personnes avec lesquelles ils peuvent établir des rapports. Miser sur l'environnement d'équipe sportive, car les membres de l'équipe peuvent influencer le comportement des participants.
- Il a été démontré que les entraîneurs sont des animateurs influents de programme compte tenu du respect qu'ont les jeunes pour leurs compétences et leurs habiletés dans le sport. Il faudrait envisager d'incorporer un entraîneur aux efforts de prévention.
- Inclure les parents à titre de participants influenceurs éventuels. Si on les tient au courant des efforts de prévention, ils peuvent renforcer les objectifs de programme à la maison.
- Les programmes doivent être applicables et pertinents à leur auditoire. On a découvert que le dépistage de santé personnel, la rétroaction ciblée et les interventions adaptées étaient efficaces pour les jeunes. De même, il faudrait envisager de faire appel à des athlètes de renom à titre d'exemple de personnes ayant subi les méfaits de la consommation de substances, car les jeunes s'identifient aux athlètes qu'ils respectent.
- Les programmes offrant des comportements de rechange à la consommation de substances étaient plus susceptibles de mener à un changement de comportement, car les jeunes avaient une option de rechange concrète et réalisable à l'abstinence ou la cessation.
- Veiller à ce que les objectifs du programme soient réalisables par l'auditoire cible. Ne pas imposer de restrictions qui ne seraient pas réalisables, comme des stratégies peu réalistes de réduction des méfaits.
- Les considérations relatives à la mise en œuvre du programme doivent comprendre la création d'un programme à plusieurs volets pour qu'il puisse s'adapter à divers contextes, la formation appropriée du personnel et la sélection d'employés aptes à offrir leur soutien, la production de documents utiles et pertinents pour les participants (p. ex. niveau approprié de lecture) et l'établissement du programme en fonction d'un financement qui sera uniforme et réalisable.

Conclusion

La présente analyse environnementale était destinée à dresser la liste des programmes sportifs nord-américains destinés aux jeunes et abordant la question de la consommation de substances afin de déterminer si ces programmes réussissent à prévenir, retarder ou réduire la consommation



de substances chez les jeunes et de résumer les leçons retenues lors des évaluations. L'examen de ces programmes et l'extrapolation des leçons retenues permettraient à l'analyse de faciliter le partage de connaissances dans le domaine et d'aider les concepteurs de programmes à façonner et adopter leurs propres programmes communautaires.

Bien que les résultats concernant l'influence du sport sur la consommation de substances chez les jeunes soient variables, certaines données probantes appuient l'utilisation de l'environnement sportif comme mécanisme de déploiement d'efforts factuels de prévention de consommation de substances adaptés à l'auditoire cible. Les conclusions préliminaires suggèrent que les efforts de prévention qu'il conviendrait d'incorporer comprennent l'administration entre pairs, la fourniture d'options de rechange aux comportements négatifs, la rétroaction personnalisée, la normalisation sociale en fonction de l'environnement, du dépistage physique et des plans de santé des participants, et l'utilisation de programmes à plusieurs volets. De même, les programmes exécutés dans un environnement d'équipe, offerts pendant les périodes fortes de développement, auxquels les jeunes s'identifient et qui leur sont adaptés auront un effet optimal sur les auditoires cibles. La mise en œuvre des programmes doit aussi veiller à ce que l'intervention soit souple et réaliste et qu'elle soit durable, compte tenu des ressources humaines, financières et autres qui sont disponibles.

L'analyse comporte les limites suivantes :

- Bien que prometteuses, les leçons retenues étaient fondées sur un nombre restreint d'évaluations;
- Les évaluations ont été effectuées dans certains environnements, pour certaines populations et dans divers contextes (p. ex., type de sport, lois locales, facteurs de mise en œuvre). Les conclusions pourraient donc ne pas s'appliquer à l'ensemble des autorités administratives et des programmes;
- Comme les données sur certains programmes n'ont peut-être pas été évaluées ou même présentées en ligne, il se peut que l'analyse environnementale n'ait pas recensé tous les programmes pertinents.

Les recherches futures visant à mieux comprendre la relation entre la pratique sportive et la consommation de substances chez les jeunes permettront de préciser le rôle des programmes sportifs dans la prévention de comportements malsains comme la consommation risquée de substances chez les jeunes. De même, il sera nécessaire d'effectuer des recherches plus poussées et d'évaluer d'autres programmes pour valider les conclusions préliminaires recensées dans la littérature.

Cette analyse environnementale a recensé certains résultats encourageants pour l'avenir des programmes sportifs de prévention de la consommation de substances chez les jeunes et offre aux praticiens des considérations essentielles préliminaires pour la conception de programme. Ces conclusions peuvent aussi prévenir le chevauchement d'efforts entre secteurs, par exemple en évitant que les praticiens élaborent de nouveaux programmes lorsqu'un programme actuel serait apte à répondre à leurs besoins. Ce travail peut éclairer l'élaboration de programmes factuels, efficaces et durables de prévention de la consommation de substances ancrés dans une solide évaluation et misant sur l'environnement sportif pour aider les jeunes à acquérir des modes de vie sains et exempts de consommation de substances.



Introduction

L'adolescence représente une excellente occasion de prévention de la consommation de substances. Le fait de décourager la consommation de drogues pendant cette période peut mener à une réduction permanente de la consommation problématique de substances (Leyton et Stewart, 2014), ainsi qu'à un bien meilleur rapport coûts-avantages. Par exemple, l'analyse de nombreux programmes de prévention de la consommation de substances a montré qu'ils permettent de réaliser des économies de 15 \$ à 18 \$ pour chaque dollar dépensé sur la prévention de consommation problématique de drogues par les organismes de santé (Sehwan, Coletti, Crutchfield, William et Helper, 1995; Miller et Hendrie, 2008).

La pratique sportive représente une excellente occasion d'inculquer aux jeunes des habitudes saines en matière de consommation de substances. La consommation de substances commence normalement à l'adolescence (Statistique Canada, 2015) et plus de 80 % des jeunes de 3 à 17 ans participent à une activité sportive quelconque (Solutions Research Group, 2014). De plus, il a été démontré que le sport est lié au développement positif des jeunes (Holt, 2008). La culture du sport a traditionnellement promu une attitude antidrogue selon laquelle les drogues visant à augmenter la performance sont considérées comme une forme de tricherie et la consommation de drogues récréatives, comme un tort contre le plus grand actif d'un athlète, sa santé (Crabbe, 2000).

Le sport encourage les athlètes à bien s'occuper de leur corps en ce qui a trait à la nutrition, au sommeil et à l'abstention de consommation de substances nocives pour s'assurer d'être en forme optimale pour fournir leur meilleur rendement en compétition. Il n'est donc pas surprenant que certaines personnes prônent le sport comme mesure de prévention de la consommation de substances chez les jeunes. Pour ce faire, il faudra cependant une meilleure compréhension de la relation entre le sport et la consommation de substances (National Institute on Drug Abuse, 2008; Terry-McElrath, O'Malley et Johnston, 2011).

Malheureusement, on dispose de très peu de recherches permettant de démontrer de façon absolue que les programmes sportifs pour jeunes diminuent la consommation de substances de ceux-ci. Les conclusions par rapport à cette relation sont plutôt variables (Moore et Werch, 2005; Lisha et Sussman, 2010; Terry-McElrath et coll., 2011; Halldorsson, Thorlindsson et Sigfusdottir, 2014). Par exemple, une récente analyse quantitative des données du cycle de 2008-2009 de l'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes a examiné le lien entre la consommation de substances et le sport pour un échantillon de 4 271 participants de 14 à 18 ans. Cette analyse a conclu que la pratique sportive était associée, de façon générale, à une diminution de la consommation de marijuana et d'autres drogues, mais à une augmentation de la consommation d'alcool. Ces travaux ont aussi conclu que la participation aux sports scolaires et aux sports supervisés par un entraîneur était associée à une diminution de consommation de substances, alors que les activités sportives à l'extérieur du contexte scolaire étaient associées à une hausse de consommation de marijuana (Sztainert, 2015).

Ces conclusions incohérentes sont peut-être dues en partie à la difficulté de mesurer l'effet du sport sur la consommation de substances. La National Institute on Drug Abuse a déclaré qu'il existe d'importantes lacunes en matière de connaissances lorsqu'on tente de comprendre la relation entre l'activité physique et la consommation de substances. Il s'agit notamment d'un manque d'information sur l'influence que pourrait exercer sur la consommation de substances le type de sport, le temps qui y est consacré, le contexte dans lequel il est pratiqué (p. ex dans le cadre d'une activité scolaire, avec ou sans entraîneur) et la persévérance avec laquelle on le pratique (Terry-McElrath et coll., 2011).



Les recherches dans ce domaine pour le contexte canadien sont lacunaires sur plusieurs plans. Les recherches sur l'influence du sport sur la consommation de substances chez les jeunes Canadiens sont à peu près inexistantes. La définition du terme « sport » n'est pas uniforme pour la collecte de données au Canada. Il n'y a pas d'information sur la façon dont le Canada se sert du sport comme outil de prévention de consommation de drogues chez les jeunes. De plus, les intervenants en prévention de la consommation de substances chez les jeunes font face aux mêmes lacunes de connaissances et incohérences dans les données et pratiques recommandées, un manque de compréhension et de soutien par rapport à une mobilisation réussie des jeunes et une absence de terminologie et de langage communs. (Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2015).

Pris ensemble, il n'est pas difficile de voir pourquoi ces facteurs engendrent un tel débat par rapport à la relation entre le sport et la consommation de substances, particulièrement pour ce qui est des jeunes. Comme ce sujet devient de plus en plus pertinent dans le domaine de la consommation problématique de substances, le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies (CCLT) a décidé d'aborder la question au Canada par l'entremise d'activités interconnectées, dont la présente analyse. Le CCLT s'est fixé deux objectifs globaux pour orienter ces activités :

1. Réduire la consommation problématique de substances et les méfaits associés chez les jeunes qui pratiquent un sport;
2. Tirer profit du sport en tant qu'outil de prévention de consommation de substances à risque et des méfaits connexes.

Le CCLT a rassemblé divers intervenants du domaine et mis en évidence les principales lacunes devant être comblées pour atteindre ces objectifs. Pour ce faire, le CCLT se doit d'établir une définition normalisée du terme « sport », évaluer les données actuelles au Canada pouvant servir à ces recherches et élucider la relation entre le sport et la consommation de substances chez les jeunes. Les intervenants ont aussi recensé le besoin d'un aperçu global de la façon dont on se sert du sport dans le domaine de la prévention de la consommation de substances chez les jeunes. Ce besoin fermement en tête, le CCLT a entrepris une analyse environnementale des programmes sportifs conçus pour les jeunes et comprenant une certaine composante de sensibilisation ou de prévention. L'auditoire cible de l'analyse comprend les praticiens travaillant dans un domaine relatif aux jeunes ou au sport qui souhaiteraient élaborer un programme de prévention de consommation de substances pour leur organisation ou y en incorporer un et les chercheurs dans les domaines de la prévention de la consommation de substances chez les jeunes ou du développement positif des jeunes et du sport.

Objectifs

Les objectifs de l'analyse environnementale étaient les suivants :

- Examiner et résumer les programmes sportifs nord-américains contenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances;
- Déterminer si ces programmes sportifs réduisent la consommation de substances chez les jeunes (de 10 à 24 ans);
- Résumer les leçons retenues dans le domaine en fonction des évaluations examinées par des pairs dans le but de faciliter l'échange de connaissances et d'aider les concepteurs de programmes à façonner leurs propres programmes communautaires fondés sur des données probantes ou à adopter un programme sportif préexistant.



Méthode

L'analyse environnementale comprend une recherche d'articles sur le sujet publiés dans la littérature grise et dans la littérature évaluée par les pairs. Une demande d'information a aussi été transmise aux organismes pertinents et un affichage a été ajouté au groupe canadien Sport et prévention de l'abus de substances chez les jeunes dans LinkedIn (voir l'annexe A pour le texte).

Les chercheurs ont mené une recherche de la littérature mettant en évidence les programmes sportifs pour jeunes comprenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances. Pour être inclus, le programme devait :

- Être axé vers les sports (d'équipe ou individuel) ou cibler les athlètes;
- Comprendre de l'information et offrir une sensibilisation à l'alcool, au tabac ou à d'autres drogues (p. ex. les drogues de rue, les médicaments sur ordonnance ou les drogues visant à rehausser l'apparence et la performance);
- Viser à prévenir ou retarder la consommation de substances ou à réduire les méfaits y associés;
- Cibler les jeunes de 10 à 24 ans;
- Être offert au niveau d'intervention primaire ou secondaire;¹
- Se trouver au Canada ou ailleurs en Occident;
- Être offert en anglais, en français ou dans les deux langues.

Si les critères d'inclusion étaient respectés, l'analyse accordait la priorité à la littérature examinée par des pairs comprenant une évaluation de programme. La littérature grise était incluse si la ressource fournissait les objectifs et la description du programme.

Les bases de données PubMed et PsycINFO ont été consultées. Les autres sources consultées comprenaient Google Scholar et Google. Les termes de recherche utilisés comprenaient les variantes de « sensibilisation à la drogue », « prévention de l'abus de drogue », « consommation d'alcool », « rétablissement de l'alcool », « réduction des méfaits », « drogues visant à augmenter la performance », « stéroïdes », « athlètes », « clubs et organisations sociales » et les sports particuliers comme « hockey », « baseball », « football », « basketball », « tennis », « natation » et « arts martiaux ».

Une recherche de la littérature grise portant sur les organisations qui assurent l'administration des programmes sportifs destinés aux jeunes et comprenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances a été menée à l'aide de moteurs de recherches. Cette recherche a recensé plusieurs programmes offerts par des organismes comme des universités, des collèges, des écoles secondaires, des associations sportives, des organismes de réglementation du sport (p. ex. le Centre canadien pour l'éthique dans le sport), Sécurité publique Canada et des organismes étrangers comme la Substance Abuse and Mental Health Services Administration des États-Unis (voir l'annexe B pour la stratégie de recherche).

Plus de 100 agences et organismes canadiens ont reçu un courriel leur demandant de participer à l'analyse. On leur a fait part des critères d'inclusion énoncés précédemment et demandé de recenser toute ressource pertinente. Il s'agissait, entre autres, des partenaires du CCLT dans le cadre du projet Les jeunes et le sport, comme le Centre canadien pour l'éthique dans le sport,

¹ Les programmes tertiaires, conçus pour traiter la consommation problématique de substances, ne faisaient pas l'objet de cette analyse.



l'Association canadienne des entraîneurs et le Consortium conjoint pour les écoles en santé, ainsi que des universités (p. ex. Dalhousie) et des services de santé fédéraux et provinciaux (p. ex. Santé Canada). Les autres organismes comprenaient des services en toxicomanie, des autorités sportives canadiennes (p. ex. Patinage Canada), des fondations et organismes de bienfaisance liés aux sports, aux loisirs et à la santé (p. ex. Right to Play, Association canadienne des parcs et loisirs), les organismes axés sur les jeunes ou de jeunesse (p. ex. le Sandbox Project) et les agences d'application de la loi (p. ex. la GRC). De même, les membres des organismes représentés par le groupe LinkedIn, comme le Centre canadien pour l'éthique dans le sport, l'Association canadienne des entraîneurs, Le sport est important, Sports Canada et d'autres organismes de santé et de loisirs.

Environ 30 programmes ont été recensés dans la littérature grise et plus de 50 articles examinés par des pairs ont été considérés pour inclusion à l'analyse. Ces ressources ont été catégorisées en fonction de l'applicabilité des critères d'inclusion et écartées si elles étaient jugées non pertinentes. Les ressources et les articles restants ont alors été organisés par type de programme : entre pairs, de sensibilisation, de normalisation sociale, de dépistage et consultation, offrant l'accès au sport et à plusieurs niveaux. Au total, 12 programmes dont l'efficacité a été évaluée et 14 programmes figurant dans la littérature grise ont été inclus à l'analyse et sont résumés plus loin. Des efforts ont été déployés dans le but de faire état de l'ensemble de l'information disponible sur tous les programmes mentionnés, y compris le titre, le niveau de prévention (c.-à-d. primaire ou secondaire), les objectifs, les assises théoriques, les composantes et stratégies, la description du contenu (p. ex. structure et curriculum), l'efficacité (évaluation) et les leçons retenues. Toute information qui ne figure pas dans le résumé d'un programme n'était pas disponible au moment de l'analyse. Les programmes examinés par des pairs comprenaient tous une évaluation, alors qu'un seul programme figurant dans la littérature grise en comprenait une (un sondage de rétroaction des participants). Compte tenu de ce fait, la section des Leçons retenues s'appuie uniquement sur les résultats de l'évaluation des programmes examinés par des pairs.



Résultats : Résumé des programmes

Cette section résume les programmes sportifs recensés par l'analyse et comprenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances. Ils ont été catégorisés en fonction du type de programme (c.-à-d. entre pairs; de sensibilisation; de normalisation sociale; de dépistage, consultation et counseling; d'accès au sport et à plusieurs niveaux). Un bref aperçu de ces types de programmes et de leurs assises théoriques est offert dans chaque section. Des programmes qui ont été évalués, seuls les résultats significatifs ont été signalés. L'analyse ne tente pas d'évaluer le bien-fondé de l'élaboration du programme ou la validité de ses composantes, comme ses fondements théoriques, ou de formuler des commentaires à leur sujet. Elle fait uniquement état des descriptions et des résultats d'évaluation, le cas échéant. Les résultats d'évaluation (c.-à-d. conclusions examinées par des pairs) figurent à la section Leçons retenues suivant la présente section.

Programmes entre pairs

Les jeunes passent plus de temps entre eux qu'avec tout autre groupe. Il n'est donc pas surprenant que les programmes offerts par des pairs soient efficaces pour modifier les comportements de ce groupe et que plusieurs enquêtes aient démontré que les programmes administrés par des pairs sont efficaces pour réduire les comportements à risque (Massey et Neidigh, 1990). Par exemple, un recensement d'enquêtes sur l'efficacité des programmes entre pairs a permis de déterminer qu'ils mènent à une meilleure santé reproductive et sexuelle, qu'ils réduisent les comportements sexuels à risque, qu'ils améliorent le dépistage de maladies transmises sexuellement, qu'ils réduisent les comportements à risque comme l'activité criminelle ou le fait de monter à bord d'un véhicule dont le conducteur a les facultés affaiblies, et qu'ils améliorent la situation d'emploi et l'assiduité scolaire. Qui plus est, le recensement a permis de conclure que les programmes entre pairs ont mené à une réduction de la consommation de substances comme l'alcool, la marijuana, la cigarette, les stéroïdes anabolisants, les pilules amaigrissantes et les drogues injectables (Advocates for Youth, n.d.).

La théorie de l'apprentissage social, qui attribue à l'environnement social d'une personne le rôle premier en matière d'influence du comportement, représente le fondement de ces types de programmes (Bandura, 1977).² Les influences sociales sont de puissants facteurs qui sont au cœur de l'expérimentation ou de l'initiation de la consommation de substances (Griffin et Botvin, 2010), particulièrement en ce qui a trait à la modélisation des personnes importantes (p. ex. ses coéquipiers) et la représentation de la consommation dans les médias (p. ex. les athlètes de renom) (Mayberry, Espelage et Koenig, 2009; Villani, 2001; Tye Warner et Glantz, 1987).

Les sous-sections suivantes décrivent et abordent les principaux programmes de prévention de consommation de drogues ciblant les jeunes athlètes et administrés par des pairs. Le but de l'intervention primaire est de sensibiliser l'auditoire aux méfaits particuliers d'un comportement pour la santé et le bien-être (Martin et Thrasher, 1989). Ces programmes sont principalement conçus pour influencer celles et ceux qui n'ont jamais eu de problème relativement aux substances ou qui en sont au tout début de la consommation de substances et pour modifier leurs attitudes et leurs croyances par rapport à ce comportement (Bloch et Ungerleider, 1988; Burns, 1989).

² Les théories mentionnées dans cette analyse se trouvent à l'annexe C.



Athletes Targeting Health Exercise and Nutrition Alternative

Objectifs

Le programme Athletes Targeting Health Exercise and Nutrition Alternative (ATHENA) vise à réduire les troubles de l'alimentation et de drogues destinées à modifier l'apparence physique (c.-à-d. pour façonner le corps) chez les athlètes féminines adolescentes. Le programme a pour objectif de remplacer les comportements nocifs par des habitudes alimentaires saines, de l'exercice et de l'entraînement (Elliot et coll., 2004).

Théorie et composantes du programme

- Théorie du comportement planifié
- Théorie sociale cognitive
- Théorie du constructivisme
- Modèle de croyance à la santé
- Options de rechange au comportement

Description du programme

Students are given small diaries with accompanying guidebooks to help them track their diet (e.g., protein and calcium intake), daily mood and activities. L'entraîneur de l'équipe joue aussi le rôle de facilitateur, mais le programme est principalement dirigé par des pairs. On remet un journal et aux étudiants

Le programme ATHENA s'intègre aux activités d'entraînement normales de l'équipe. Le programme consiste en huit séances de 45 minutes en salle de classe. La majorité des leçons et des activités sont offertes par des dirigeants étudiants à des groupes de six étudiants. Les pairs animateurs sont formés en animation de programme avant de diriger les groupes.

Les classes abordent les corrélats des comportements de consommation de drogues et des troubles de l'alimentation en fonction du sexe, les facteurs de risque liés aux interventions pour pratiques nocives pour la santé, les conséquences de la consommation de substances et les bienfaits de la nutrition et de l'exercice, les exercices cognitifs visant à réduire la dépression, les influences contradictoires des médias, l'enseignement des compétences en refus et l'établissement de buts en matière de santé.

Efficacité

Elliot et coll. (2004)

Méthodologie : Elliot et coll. ont mené un essai clinique randomisé de 18 écoles secondaires de l'Oregon et de Washington. Les écoles choisies pour participer participaient à une intervention ATHENA ou faisaient partie d'un groupe témoin de « traitement habituel » auquel on offrait des dépliants de renseignements sur les troubles de l'alimentation, la consommation de drogues et l'alimentation sportive.

Procédure : Les participants étaient évalués à l'aide d'un questionnaire confidentiel avant et après leur saison sportive. Le questionnaire demandait aux étudiants s'ils prévoyaient adopter un certain comportement (en général, consommer des drogues), s'ils en savaient beaucoup à ce sujet, ce qui influençait leurs comportements (p. ex. les médias) et au sujet de leur santé en général.

Résultats : L'enquête a déterminé que les participants au programme prenaient moins de pilules amaigrissantes après trois mois et qu'il y avait moins de nouveaux utilisateurs de pilules



amaigrissantes et d'autres substances destinées à modifier l'apparence physique (p. ex. stéroïdes et suppléments destinés à accroître la masse musculaire). Les participants étaient aussi moins susceptibles de monter à bord d'un véhicule conduit par une personne ayant consommé de l'alcool et avaient moins l'intention de prendre des pilules ou de la créatine. Les participants n'avaient cependant pas moins l'intention de consommer d'alcool ou de marijuana. Ils comprenaient aussi mieux les effets des stéroïdes anabolisants et les méfaits de l'alcool sur la performance sportive et retenaient davantage cette information. Les étudiants ont aussi dit avoir plus de confiance et de facilité à refuser les offres de consommer des drogues.

Ranby et coll. (2009)

Méthodologie : Tout comme dans l'essai d'Elliot et coll. (2004), 18 écoles ont participé. Chaque groupe expérimental suivait le programme ATHENA et était jumelé à un groupe témoin, lequel recevait simplement un dépliant concernant les troubles de l'alimentation et les habitudes saines. Contrairement à l'étude d'Elliot et coll. (2004), celle de Ranby et coll. (2009) visait également à comprendre quelles facettes modifiées par le programme ATHENA (p. ex. la résistance à l'influence des médias) étaient derrière le changement quant à l'intention d'entreprendre une perte de poids malsaine et à l'intention de consommer des substances destinées à augmenter le rendement, surtout à long terme.

Procédure : Les participants recevaient un sondage de pré-évaluation avant d'entamer le programme ATHENA, un sondage de suivi une fois leur saison sportive de trois à quatre mois terminée, et un nouveau suivi de neuf mois après le suivi précédent. Les évaluations comportaient quinze éléments, s'intéressant aux connaissances, aux normes, aux croyances, aux intentions et aux comportements par rapport à la consommation de drogues, à la nutrition et à la santé. Les sondages comprenaient des questions sur les médias, comme les annonces dans les magazines, et sur le rôle des entraîneurs dans les décisions portant sur la santé.

Résultats : Le programme ATHENA n'a eu aucune incidence sur la perte de poids malsaine ou l'utilisation de drogues visant à rehausser l'apparence et la performance après neuf mois. Il a toutefois réussi à modifier les connaissances, les normes, la gestion de l'humeur et les attentes relatives aux résultats par rapport aux comportements à risque et à l'autoefficacité des participants. Ce changement a donné lieu à une amélioration de l'intention de perdre du poids de façon malsaine ou d'améliorer la performance à l'aide de substances associées au changement de comportement. En d'autres mots, le programme a réussi à influencer certains éléments médiateurs du comportement en question, ce qui a incité les participants à faire de meilleurs choix en matière de santé (c.-à-d. qu'ils étaient moins susceptibles de perdre du poids de façon malsaine ou de consommer des drogues visant à rehausser l'apparence et la performance). Les auteurs ont conclu que le programme n'avait aucune incidence sur les normes véhiculées par les pairs ou la capacité des participants à résister aux pratiques malsaines de perte de poids.

Leçons retenues

Les deux enquêtes ont donné des résultats contradictoires et similaires. Le programme offrait aux participants des options de rechange aux choix malsains, modifiant ainsi de façon positive les comportements, mais il n'a pas nécessairement donné lieu à une réduction uniforme de l'utilisation de pilules amaigrissantes ou d'habitudes alimentaires malsaines. Elliot et coll. (2004) ont conclu que les sports d'équipe sont une façon efficace de modifier de façon positive le comportement d'athlètes adolescentes, y compris la consommation de substances. Ranby et coll. (2009) suggèrent que les programmes futurs devraient chercher à déconstruire le contenu médiatique qui véhicule des perceptions irréalistes du corps aux jeunes femmes et jumeler des renseignements sur l'alimentation et la performance sportive à des stratégies visant à améliorer les comportements.



Athletes Training and Learning to Avoid Steroids

Objectifs

Le programme Athletes Training and Learning to Avoid Steroids (ATLAS) vise à réduire la consommation d'alcool et de substances, particulièrement les drogues visant à rehausser l'apparence et la performance, chez les athlètes masculins (Fritz et coll., 2005). MacKinnon et coll. (2001) décrivent les objectifs du programme comme étant de « prévenir la consommation de stéroïdes anabolisants androgéniques (SAA) et de sensibiliser les adolescents aux deux options de rechange pour rehausser la force physique et la performance – soit l'amélioration de l'alimentation et l'entraînement en force musculaire » (p. 16). De plus, le programme vise à modifier les normes relatives à la consommation de drogues, à sensibiliser le public à la condamnation de la consommation de drogues et à améliorer les habiletés de refus (MacKinnon et coll., 2001).

Théorie et composantes du programme

- Théorie de l'apprentissage social
- Modèle de croyance à la santé
- Théorie du comportement planifié
- Théorie du constructivisme
- Options de rechange au comportement
- Participation parentale

Description du programme

Le programme ATLAS est offert dans divers formats. De façon générale, il se comprend de sept à dix leçons offertes à raison d'une par semaine pendant la séance de pratique légère. Les entraîneurs sont principalement responsables de l'animation globale du programme, mais 60 % du programme est présenté à de petits groupes de coéquipiers par les chefs d'escouade. Les leçons comprennent des activités comme les jeux de rôles, l'élaboration de messages d'intérêt public et des jeux interactifs. Les étudiants apprennent à connaître les facteurs de risque de la consommation de stéroïdes, à se fixer des objectifs athlétiques et alimentaires, à se doter de techniques de refus, à contrôler leur alimentation et à prendre des choix sains (p. ex. options de rechange à l'entraînement en force musculaire). Certains programmes offrent un guide alimentaire et des plans alimentaires aux étudiants.

Certaines variantes du programme comprennent des séances en salle d'haltérophilie offertes par des chercheurs formés, ainsi qu'une composante parentale dans le cadre de laquelle les parents reçoivent un livret et une formation sur les objectifs du programme et ont l'occasion de poser des questions aux animateurs du programme (Goldbert et coll., 1996a).

Efficacité

Goldberg et coll. (1996a)

Méthodologie : Dix-sept écoles ont été désignées au hasard pour participer au programme ATLAS et 17 autres écoles ont été désignées groupes témoins. L'enquête a fait appel à la version élargie du programme ATLAS comprenant des séances de sensibilisation, d'entraînement en force musculaire et parentales. Le groupe témoin a simplement reçu un dépliant commercial normal sur les effets négatifs de la consommation de SAA, l'éthique et l'esprit sportif. Aucune autre sensibilisation aux stéroïdes n'était offerte.



Procédure : Les participants ont été évalués avant le programme, puis dix semaines après la dernière séance ATLAS et un an après l'évaluation initiale. Ces évaluations comprenaient des questions sur la consommation de SAA et d'autres drogues, les connaissances et attitudes à leur égard, les intentions de consommation de drogues, les connaissances en matière d'alimentation et d'exercice, les normes perçues de consommation de drogues et d'autres sujets comme l'image corporelle et l'influence des médias.

Résultats : Le programme ATLAS a donné des résultats avantageux pour les participants, notamment une diminution de l'intention, à court et long terme, de consommer des SAA, une amélioration des comportements alimentaires et de conditionnement physique, une augmentation de la connaissance des conséquences de la consommation de substances, une croyance selon laquelle les figures d'autorité sont moins tolérantes de la consommation de substances et une diminution de la consommation de substances chez les pairs.

Goldberg et coll. (1996b)

Méthodologie : Le programme ATLAS a été offert dans deux écoles secondaires en milieu urbain à l'aide d'essais cliniques non randomisés auprès de 56 joueurs de football participant au programme et de 24 étudiants jouant le rôle de groupe témoin à qui on n'a offert aucune sensibilisation en matière de stéroïdes, d'alimentation ou de conditionnement physique. Pour s'assurer que le groupe témoin n'a bel et bien pas reçu cette sensibilisation, on a mené une vérification post intervention à l'aide d'entrevues auprès des entraîneurs des écoles témoin.

Procédure : On a proposé un questionnaire aux participants avant et après (la semaine de la dernière classe ATLAS) le programme afin d'évaluer leurs attitudes face aux stéroïdes et aux autres drogues et leurs intentions en matière de consommation, ainsi que leurs connaissances des effets des drogues et leur opinion sur l'alimentation et l'exercice.

Résultats : Les auteurs ont conclu que les participants au programme ATLAS étaient moins enclins à essayer les stéroïdes et étaient plus fermement convaincus des dangers de la drogue. Ils connaissaient aussi mieux les options de rechange à la consommation de stéroïdes et avaient une meilleure image de leur propre corps.

Fritz et coll. (2005)

Méthodologie : On a fait appel à l'analyse de la médiation afin de déterminer si les antécédents du participant avant sa participation au programme avaient eu une incidence sur l'efficacité du programme. L'enquête portait sur 3 207 joueurs de football de 34 écoles, qui étaient désignées écoles participantes au programme ATLAS ou écoles témoin de façon aléatoire. Les écoles faisant partie du groupe témoin recevaient simplement un dépliant soulignant les dangers de la consommation de stéroïdes, le besoin d'une alimentation équilibrée et des renseignements sur l'entraînement en force musculaire.

Procédure : Les étudiants ont été évalués au début de la saison de football (c.-à-d. avant le programme), à la fin de la saison (après le programme) et un an après la fin du programme. Les évaluations comprenaient des mesures des croyances des étudiants (p. ex. gravité perçue de la consommation de SAA, la susceptibilité perçue aux effets des SAA), de leur connaissance des effets des SAA et des normes relatives aux SAA (p. ex. tolérance perçue des entraîneurs et des pairs).

Résultats : Peu importe la composition démographique et le contexte expérientiel des participants avant le programme ATLAS, il a été déterminé que ses effets étaient avantageux. Il n'est pas nécessaire de cibler certains types précis de jeunes (p. ex. statut socioéconomique), car le programme s'applique à tous les groupes. Cela étant dit, on a conclu qu'il était plus efficace chez les



participants possédant moins de connaissances sur les méfaits des SAA et sur les options de rechange en matière d'alimentation, ainsi que pour ceux dont l'intention de consommer des SAA était plus élevée lors du questionnaire de référence (Fritz et coll., 2005).

MacKinnon et coll., 2001

Méthodologie : On a fait appel à l'analyse de la médiation pour étudier les mécanismes médiateurs responsables de l'efficacité du programme ATLAS. Quinze des 31 équipes de football secondaires (1 506 joueurs) en Oregon et dans le Washington ont reçu l'intervention alors que les autres ont simplement reçu des dépliants sur la consommation de stéroïdes à titre de groupe témoin.

Procédure : On a évalué les croyances, les connaissances et les normes des participants relativement aux SAA, ainsi que leur aptitude à résister. Ces évaluations ont eu lieu avant le début et après la fin de la saison de football et un an après leur participation au programme.

Résultats : Les auteurs ont conclu que la valeur qu'attribuaient les participants à leur équipe en tant que source d'information augmentait l'ampleur des effets bénéfiques du programme. La connaissance des effets des SAA et de leur gravité que les participants ont pu acquérir grâce au programme a mené à une réduction de l'intention de consommer ces types de drogues.

Leçons retenues

Dans l'ensemble, Goldberg a conclu que le programme ATLAS constitue un outil efficace pour véhiculer les connaissances sur la consommation de SAA et diminuer l'intention d'en consommer à court terme et, partiellement, à long terme (Goldberg et coll., 2006a). Le programme ATLAS peut être adopté de façon universelle, car il est également efficace pour l'ensemble des participants, peu importe leur cote aux évaluations faites avant le programme (Fritz et coll., 2005). L'évaluation de ce programme par MacKinnon et coll. (2001) illustre le fait que l'équipe agit comme source influentielle d'information pour les athlètes et si les normes qu'ils adoptent peuvent être modifiées de sorte à être plus réalistes, il pourrait en découler un changement positif de comportement.

Champions Cross Mentoring Program

Manitoba High Schools Athletic Association

Objectifs

Ce programme cherche à prévenir l'abus de substances en jumelant les étudiants à des pairs modèles de rôle qui préconisent des modes de vie exempts de substances. L'objectif était que les leaders du deuxième cycle du secondaire sensibilisent les jeunes de la cinquième année, en salle de classe, à la pression des pairs et son effet sur la prise de décision. Le programme permet aux étudiants des deux cycles du secondaire d'acquérir de très importantes compétences de vie, comme les mécanismes d'adaptation et le fait d'être modèle de rôle.

Description du programme

La prémisse est que les étudiants du secondaire ont autant d'impact sur les plus jeunes que les athlètes professionnels et ces jeunes s'identifient à eux. Environ 100 étudiants leaders participent à un atelier annuel de mentorat parallèle de deux jours. Ces ateliers comprennent des invités provenant d'organisations comme la GRC, la Behavioural Health Foundation, l'Université du Manitoba et diverses écoles. Ils enseignent aux jeunes à enseigner aux autres et à les sensibiliser aux conséquences de la consommation de drogues dans le sport. Les étudiants leaders s'adressent ensuite aux étudiants à cinq reprises au cours des trois mois suivants sur des sujets comme la pression des pairs, l'aptitude pour la communication et les drogues et l'alcool à l'aide de sketches,



de sessions brise-glace et des plans de leçon. Les étudiants leaders doivent s'engager à être exempts de substances pour les trois ou quatre mois où ils participent au programme (Manitoba High Schools Athletic Association, s.d.).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Succeed Clean

Centre canadien pour l'éthique dans le sport, Université de Waterloo, Université Wilfrid Laurier, Waterloo Regional Police Services et Kitchener Rangers Hockey Team

Objectifs

Succeed Clean a été conçu pour réduire la consommation de drogues visant à rehausser l'apparence et la performance chez les jeunes athlètes par l'éducation et la dissémination d'information sur ces substances aux enfants, aux jeunes, aux parents, aux éducateurs et aux entraîneurs; l'objectif étant de renseigner les jeunes pour leur permettre de faire des choix sains et d'atteindre leurs objectifs athlétiques sans se fier à ces drogues.

Description du programme

La première composante du programme Succeed Clean est un apprentissage entre pairs administré par des étudiants de l'université participante et présenté par des athlètes de l'équipe de hockey Rangers aux étudiants de l'intermédiaire et du secondaire. Viennent ensuite des réunions communautaires animées avec des adultes influentiels et des intervenants comme les entraîneurs, les parents et les enseignants, afin de discuter de la question dans un environnement ouvert. Le contenu du programme comprend des informations fondées sur des données probantes sur les stéroïdes, les suppléments, les stimulants et l'alimentation, une discussion des enjeux comme la pression des pairs et la tricherie, des récits personnels d'athlètes au sujet de leurs expériences et des composantes interactives comme des vidéos sur les drogues visant à rehausser l'apparence et la performance (Centre canadien pour l'éthique dans le sport, 2013).

Résultats de sondage

Un sondage auprès de 615 participants venant de terminer le programme Succeed Clean a permis de déterminer que les présentations ont permis aux étudiants de mieux comprendre les risques des drogues visant à rehausser l'apparence et la performance et d'accroître leur connaissance des moyens de recharge pour améliorer leurs capacités athlétiques et ils étaient moins disposés à essayer les drogues visant à rehausser l'apparence et la performance. Les étudiants aimaient surtout le fait qu'ils apprenaient de nouvelles choses, les récits personnels des présentateurs et les éléments interactifs comme les vidéos (Social Innovation Research Group, 2013).

Project Defence: Le Kootenay Ice de la Western Hockey League

Objectifs

Les objectifs de Project Defence sont de sensibiliser les jeunes athlètes à la pression des pairs et à la consommation de drogues et de leur offrir des occasions de mentorat pour traduire cette sensibilisation pour les jeunes de la communauté.

Description du programme

Des agents de la paix offrent une présentation aux jeunes athlètes (de 17 à 20 ans) de l'équipe de hockey sur des enjeux importants comme l'estime de soi, les modèles de rôle et la consommation de drogues et la toxicomanie. Ensuite, quatre ou cinq joueurs sont choisis pour agir à titre de modèles de



rôle au sein de leur équipe et pour les jeunes de la communauté. Ces modèles de rôle suivent une formation de 20 heures et s'entraînent pour livrer des messages de prévention de consommation de drogues. Les athlètes visitent des classes de 4^e année et les sensibilisent à la consommation de drogue et à la pression des pairs pendant 30 à 45 minutes (A. Nutini, communication personnelle, 8 juillet 2015).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Varsity Athletes against Substance Abuse

Rhode Island Student Association Services

Objectifs

L'objectif du programme Varsity Athletes against Substance Abuse est de promouvoir les normes sociales de sobriété parmi les étudiants athlètes.

Description du programme

Les athlètes participants doivent s'engager à demeurer sobres pendant un an afin de favoriser la normalisation de l'abstinence de consommation de substances chez leurs pairs. Le programme est un entre pairs où les étudiants plus vieux agissent comme modèles de rôle pour les plus jeunes. Les adolescents du secondaire sont formés pour reconnaître les effets néfastes de l'alcool et des autres drogues sur le cerveau et le corps et présentent cette information aux élèves du primaire et de l'intermédiaire (Corrigan, 2011).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Résumé

L'analyse a relevé des renseignements détaillés et des évaluations de certains programmes entre pairs, principalement les programmes ATHENA et ATLAS. L'efficacité de ces programmes a fait l'objet d'essais dans plus d'un environnement et ils semblent améliorer de façon uniforme les connaissances des participants des SAA et des pilules amaigrissantes et, par conséquent, ils semblent réduire l'intention des jeunes d'utiliser ces types de drogues et d'adopter des habitudes alimentaires nocives. Les enquêtes dont les créneaux de suivi étaient plus courts ont donné des résultats plus favorables, comme une réduction de l'utilisation de pilules amaigrissantes et une augmentation de l'aptitude à refuser d'utiliser les SAA. Ce résultat ne s'appliquait pas à l'alcool ou la marijuana, mais la connaissance des effets négatifs de l'ensemble des drogues a néanmoins augmenté.

Les programmes entre pairs, qui ont été mis en œuvre pour divers groupes d'âge, de l'élémentaire à l'université, et dans divers environnements sportifs, semblent aller chercher de façon efficace les participants et donnent lieu à une diminution de l'intention de consommer des substances et à une tendance à adopter des habitudes saines, comme une bonne alimentation et un régime d'activité physique. Ces enquêtes soulignent le besoin d'offrir des options saines en matière d'efforts de prévention de consommation de substances et mettent en relief la valeur d'une équipe sportive comme source d'information et moteur de changement comportemental au sein du groupe de pairs.

Programmes de sensibilisation

Il existe divers moyens permettant aux programmes de sensibilisation d'informer les jeunes au sujet des dangers de la consommation de substances : à l'aide de données factuelles, en soulignant les méfaits de la consommation de substances (c.-à-d. « tactiques alarmistes ») et en offrant aux jeunes



des comportements de rechange. Les tactiques alarmistes, c.-à-d. l'utilisation d'images ou de renseignements destinés à choquer ou faire peur aux jeunes pour les dissuader de consommer des substances, ne se sont pas avérées être un moyen efficace de prévention. Par exemple, Goldberg, Bents, Bosworth, Trevisan et Elliot (1991) ont évalué l'efficacité des tactiques alarmistes pour influencer les opinions relatives à la consommation de stéroïdes anabolisants dans neuf équipes de football. Les participants ont jugé que ces tactiques étaient exagérées et que l'intervention préférée consistait à leur fournir des données factuelles sur lesquelles ils pouvaient s'appuyer pour prendre une décision.

Certaines recherches indiquent que le fait de connaître les conséquences négatives de la consommation de substances a une incidence considérable sur l'éventuelle expérimentation des jeunes avec les drogues, un concept cerné par la Théorie du comportement planifié (Ajzen, 2012), qui déclare que le fait de sensibiliser les jeunes aux conséquences associées à des comportements à risque peut être bénéfique. De plus, l'inclusion d'une stratégie de rechange aux comportements négatifs fera que la personne sera plus susceptible de changer son comportement (Wundersitz, Hutchinson et Woolley, 2010). Comme l'indiquent le modèle de croyance à la santé et le modèle intégratif image-comportement, un programme de prévention ne doit pas seulement sensibiliser les jeunes aux dangers associés à un comportement particulier, il doit aussi leur offrir un comportement de rechange réaliste. Par exemple, les programmes qui sensibilisent les jeunes aux effets négatifs des substances sur la performance physique doivent inclure d'autres stratégies de promotion de la santé pour améliorer leur performance physique, comme le fait de bien se reposer et de bien manger.

Les sections suivantes décrivent et abordent les programmes de prévention primaire offrant une sensibilisation à l'abus de substances, y compris les effets de la consommation de substances sur les athlètes et des comportements de rechange.

Anabolic Steroid Education Intervention

Objectifs

Les objectifs du programme d'Anabolic Steroid Education Intervention sont de modifier les connaissances et les attitudes des athlètes du secondaire par rapport à l'utilisation de stéroïdes.

Théorie et composantes du programme

- Théorie du comportement planifié
- Fourniture de renseignements fondés sur des données probantes relativement aux effets de la consommation de drogues

Description du programme

Le contenu de ce programme de sensibilisation repose sur la position du American College of Sports Medicine relativement à l'utilisation de stéroïdes, y compris l'augmentation de la force physique et de la taille des muscles, l'occurrence prématurée de maladies cardiovasculaires, la stérilité et les changements psychologiques (American College of Sports Medicine, 1987). L'intervention consistait en une présentation orale de 20 minutes sur la position du College en langage profane, ainsi qu'un document de quatre pages portant sur cette même position. Une brève période de questions et réponses avait aussi lieu à la fin de la séance (Goldberg, Bosworth, Bents et Trevisan, 1990).



Effacité

Goldberg et coll. (1990)

Méthodologie : Cette enquête avait comme groupes expérimentaux six équipes de football du secondaire. Deux équipes ont eu droit à l'intervention complète (c.-à-d. la présentation verbale, le document et la partie questions et réponses), deux autres équipes ont uniquement reçu le document et les deux dernières ont joué le rôle de groupes témoin et n'ont fait l'objet d'aucune intervention. L'enquête comptait un total de 105 athlètes.

Procédure : Les athlètes ont tous répondu à un questionnaire confidentiel avant de participer à quelque intervention que ce soit. Ce questionnaire comprenait des questions sur la disponibilité des stéroïdes et sur les connaissances et les attitudes des participants par rapport à ces drogues, y compris les effets positifs et négatifs de leur consommation. Un questionnaire identique a été proposé aux athlètes deux semaines plus tard.

Résultats : Les groupes qui ont eu droit à une intervention, soit la présentation et le document ou uniquement le document, ont fait preuve d'une connaissance accrue des effets adverses des stéroïdes, mais ces interventions n'ont pas eu d'effet sur les attitudes relativement à ces drogues, ce qui représente un élément essentiel de la modification du comportement. Les auteurs notent que les participants étaient peu susceptibles d'utiliser des stéroïdes au début de l'enquête et avaient un taux d'utilisation actuelle plutôt faible, ce qui aurait pu contribuer à ces conclusions.

Leçons retenues

Cette sorte de sensibilisation n'a pas mené à un changement d'attitudes chez les participants, ce qui pourrait être relié aux attitudes et comportements préexistants des participants ou à un contenu de programme inadéquat. Les auteurs mentionnent qu'une « exposition plus approfondie aux risques et aux complications des anabolisants pourrait être nécessaire pour modifier les attitudes des adolescents. Des interventions de sensibilisation à grande échelle devraient être élaborées pour les jeunes athlètes avec l'aide d'entraîneurs et d'autres professionnels. Il pourrait être nécessaire d'offrir des cours formels et d'engager des discussions ouvertes afin de renforcer les aspects négatifs de ces agents et d'agents semblables si nous souhaitons prévenir l'initiation tardive de leur consommation » (Goldberg et coll., 1990, p. 213).

Steroid and Nutrition Education Program

Objectifs

Les objectifs du Steroid and Nutrition Education Program sont de sensibiliser davantage les préadolescents aux effets des stéroïdes anabolisants et de modifier leurs attitudes par rapport à la drogue afin de réduire la probabilité de consommation.

Théorie et composantes du programme

- Théorie du comportement planifié
- Modèle intégratif image-comportement
- Sensibilisation à la consommation de drogues

Description du programme

Ce programme de sensibilisation a été offert trois fois par semaine après l'école aux lutteurs de la 4^e à la 6^e année dans des régions rurales. Six séances de 30 minutes chacune ont eu lieu. Ces séances



comprenaient une introduction aux techniques appropriées d'entraînement aux poids et haltères, des renseignements en matière d'alimentation pour athlètes, une formation en prise de décisions sociales (p. ex. maîtrise de soi) et en estime de soi, ainsi que sur les effets physiologiques et psychologiques des stéroïdes anabolisants (Trenhaile, Choi, Proctor et Work, 1998).

Efficacité

Trenhaile et coll. (1998)

Méthodologie : Les auteurs de l'enquête ont utilisé un modèle expérimental de groupe témoin avec test préalable et test subséquent. Les participants provenaient d'un conseil scolaire rural et devaient être d'âge préadolescent (de neuf à douze ans), mâle, et participer à la lutte. Trente-neuf étudiants ont choisi de participer à l'enquête, 15 ayant suivi le programme et 17 ne l'ayant pas suivi.

Procédure : Le questionnaire sur les stéroïdes anabolisants et le questionnaire du programme Drug Abuse Resistance Education (D.A.R.E.) ont été proposés à chaque groupe par leurs enseignants peu de temps après le début de la saison de lutte. Ils leur ont été administrés de nouveau le dernier jour de l'intervention.

Résultats : Les participants au programme de sensibilisation avaient accru leurs connaissances des stéroïdes anabolisants par rapport à ceux qui n'y avaient pas participé. L'attitude générale des membres de ce groupe par rapport aux stéroïdes a aussi connu une amélioration; c'est-à-dire qu'ils étaient moins susceptibles de les utiliser.

Leçons retenues

Les auteurs de l'enquête recommandent d'entamer les efforts de prévention en bas âge, à l'école primaire, et de les poursuivre au secondaire. Ils soulignent aussi qu'ils doivent être cohérents et maintenus pendant une longue période. Ils ont conclu que le fait d'inclure des comportements de rechange à la sensibilisation à la consommation de substances permettait de réduire l'intention de consommer. Dans l'ensemble, les étudiants ont exprimé un intérêt moindre pour les éléments sur l'estime de soi et la prise de décisions sociales, mais ont reconnu la valeur de connaître les effets négatifs des stéroïdes et d'acquérir des connaissances en matière d'alimentation et d'entraînement aux poids et haltères (Trenhaile et coll., 1998).

Programme de sensibilisation en ligne de l'Association canadienne de crosse

Objectifs

Les objectifs du programme de sensibilisation en ligne de l'Association canadienne de crosse sont de sensibiliser les joueurs de crosse canadiens et de leur fournir des connaissances et des ressources antidopage et des renseignements sur les procédures antidopage et de dépistage du Centre canadien pour l'éthique dans le sport afin de protéger les valeurs de base du sport. Ce cours est obligatoire pour l'ensemble des joueurs de crosse de certains niveaux.

Description du programme

Le cours est offert en ligne sur le site Web de l'Association canadienne de crosse. Il comprend sept modules pour les athlètes portant sur des sujets comme le Programme canadien antidopage, l'exigence selon laquelle les athlètes doivent s'abstenir de consommer des drogues, le processus de prélèvement d'échantillon pour le dépistage de drogues, les droits et responsabilités des athlètes



pendant le dépistage, la liste des substances interdites et l'importance de vérifier leurs médicaments (Association canadienne de crosse, 2016).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

L'ABC du sport sain sans suivi

Centre canadien pour l'éthique dans le sport

Objectifs

Ce cours d'apprentissage en ligne s'adresse à toutes les organisations d'équipe ou sportives (p. ex. les Jeux panaméricains, les Jeux du Commonwealth) dans le but de sensibiliser les athlètes aux valeurs du sport et de leur fournir de l'information sur le Programme canadien antidopage.

Description du programme

Le cours porte sur les Principes Sport pur, les droits et responsabilités des athlètes, les substances interdites, les modes de consommation de drogues, les procédures de prélèvement d'échantillons (c.-à-d. dépistage de drogues) et le Programme de localisation des athlètes (T. Laforce, communication personnelle, 20 juillet 2015).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

À vous de juger

Centre canadien pour l'éthique dans le sport

Objectifs

Ce cours en ligne offre des renseignements impartiaux sur les substances, les suppléments et les drogues à l'intention des jeunes athlètes. Le programme s'adresse principalement aux jeunes faisant partie de la catégorie « entraînement à la compétition » (de 15 à 23 ans).

Description du programme

Le programme comprend les effets des substances sur le corps et les risques et facteurs atténuants de la consommation, ainsi qu'un cadre social et éthique fondé sur des valeurs pour orienter la prise de décisions relatives à la consommation de drogues (T. Laforce, communication personnelle, 20 juillet 2015).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Résumé

Même s'ils peuvent s'avérer utiles pour les athlètes, les programmes de sensibilisation qui portent uniquement sur les effets négatifs des drogues pourraient être insuffisants pour mener à un changement de comportement. Le fait d'inclure des options de rechange à la consommation de substances, comme l'entraînement aux poids et haltères ou une alimentation saine, permettra de réduire l'intention des participants de consommer des drogues. De même, cette sensibilisation doit être offerte de façon opportune et ne doit pas être perçue comme étant brève. Elle sera plus efficace si l'information provient de diverses sources, comme les parents, les amis et les enseignants. L'efficacité d'une approche d'exécution de programme à plusieurs volets comme celle-ci est validée par la littérature sur la prévention (Cuijpers, 2003).



Normalisation sociale

La correction des normes sociales ou des croyances exagérées des jeunes par rapport à la fréquence et aux habitudes de consommation de drogues de leurs pairs et à leurs attitudes en la matière représente un autre moyen de sensibiliser les jeunes aux drogues. Conformément à la Théorie des normes sociales, de nombreux jeunes croient que le taux de consommation de substances de leurs pairs est bien plus élevé qu'il ne l'est vraiment (Steyl et Phillips, 2011; Jones, Oeltmann, Wilson, Brener et Hill, 2001) ou que leurs pairs acceptent la consommation de drogues plus qu'eux-mêmes (McAlaney et coll., 2015). Par exemple, le National College Health Assessment Survey, effectué à partir d'un échantillon de commodité de 32 établissements postsecondaires, demandait aux étudiants d'évaluer la consommation de marijuana de leurs pairs. Ils ont estimé que 7,2 % d'entre eux n'en avaient jamais consommé, que 9 % en avaient consommé, mais pas au cours des 30 derniers jours et que 23,8 % en avaient consommé au cours des 30 derniers jours. En réalité, 60,1 % de leurs pairs n'avaient jamais consommé de cannabis, 23,8 % en avaient consommé, mais pas au cours des 30 derniers jours et que seulement 16 % avaient consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours (American College Health Association, 2013).

Si la sensibilisation aux drogues peut inciter les jeunes à remettre en question les normes sociales qu'ils imaginent en leur offrant des statistiques qui les réfutent, elle pourrait avoir une incidence plus considérable sur le public cible. Dans l'ensemble, la recherche appuie la notion selon laquelle le fait d'aborder les pressions sociales passives, comme celles qui sont véhiculées par les normes entre pairs, à l'aide d'initiatives de prévention mènera à un changement dans les attitudes et comportements de consommation de drogues.

Les programmes de prévention primaire résumés ci-dessous incorporent tous une composante de normalisation sociale dans le but de modifier les normes perçues des jeunes athlètes et ainsi de prévenir ou réduire la consommation de substances.

Intervention Web eCHECK UP TO GO (anciennement eCHUG)

Objectifs

Ce programme vise à « réduire les niveaux de consommation dangereuse et destructive d'alcool dans les campus postsecondaires avec un accent particulier sur deux groupes à risque élevé : les étudiants de première année et les athlètes ». Il a aussi été conçu pour renforcer la culture de santé et sécurité du campus en réduisant les méfaits et en offrant des liens et de l'information adaptés sur les ressources offertes dans le campus et la communauté locale (San Diego State University Research Foundation, 2009).

Théorie et composantes du programme

- Théorie des normes sociales
- Rétroaction personnalisée
- Intervention en ligne

Description du programme

Ce programme de rétroaction normative fondé sur des données probantes et axé sur la consommation d'alcool³ a été élaboré par des psychologues de la San Diego State University. Les collèges et universités qui s'y abonnent auront accès à une intervention Web adaptée aux normes

³ Il y a aussi un programme conçu pour la marijuana.



sociales, aux ressources, aux objectifs de santé et bien-être et aux programmes et départements de leurs campus. À mesure que les étudiants terminent l'intervention, ils auront droit à une rétroaction personnalisée sur leurs habitudes de consommation d'alcool, sur les conséquences sanitaires et personnelles de leurs choix individuels et sur leurs facteurs de risque familiaux.

Le programme dure 30 minutes et recueille des données sur les caractéristiques démographiques et les habitudes de consommation d'alcool des étudiants. Ces données permettent ensuite au programme de comparer les tendances de consommation d'alcool des étudiants aux données nationales pour ce groupe d'âge et de leur fournir une estimation des conséquences négatives de cette consommation, du risque de développer une consommation problématique de substances, des risques génériques, du coût de la consommation pour l'année précédente et de leurs perceptions de consommation normative comparativement à la consommation actuelle. Il permet enfin de les aiguiller vers un organisme de lutte contre la toxicomanie si un problème est constaté.

Efficacité

Doumas, Haustveit et Coll (2010)

Méthodologie : Cent onze étudiants athlètes ont été recrutés, lors d'un séminaire du service des sports de première année, pour participer à l'enquête. Les athlètes ont été affectés de façon aléatoire au programme eCHUG ou au programme témoin, qui consistait en un site Web de sensibilisation à l'alcool.

Procédure : Les participants répondaient à un questionnaire de référence avant de participer à l'intervention en ligne (la première semaine de septembre) et à un questionnaire de suivi trois mois plus tard (la première semaine de décembre). Ces questionnaires interrogeaient les étudiants au sujet de leur consommation d'alcool (c.-à-d. quantité, fréquence d'intoxication, consommation maximale et fréquence de consommation excessive). Ces renseignements servaient alors à déterminer si la personne était un buveur à risque élevé ou faible. On cherchait aussi à déterminer leurs perceptions de la consommation d'alcool de leurs pairs.

Résultats : Les athlètes classés comme étant buveurs à risque élevé ont considérablement réduit leur consommation après l'intervention comparativement au groupe témoin. Aucune différence n'a été signalée chez les buveurs à faible risque. Par exemple, la consommation hebdomadaire des buveurs à risque élevé du groupe d'intervention a diminué de 46 %⁴, alors que celle des buveurs à risque élevé du groupe témoin a augmenté de 21 %. De même, les participants à risque élevé du groupe d'intervention ont diminué leur consommation jusqu'à l'état d'ivresse de 46 % alors que ce comportement a augmenté de 6 % chez les buveurs à risque élevé du groupe témoin. Pour ce qui est des perceptions qu'avaient les participants des habitudes de consommation d'alcool normales des étudiants athlètes, celles des étudiants à risque élevé du groupe d'intervention ont diminué de 15 %, alors que celles des membres du groupe témoin ont augmenté de 96 %.

Leçons retenues

Dans l'ensemble, les auteurs ont déterminé que cette intervention était efficace. Leurs résultats ont démontré qu'il pouvait y avoir un lien entre la sensibilisation aux comportements de consommation d'alcool réels et normatifs des pairs et la réduction de ses propres habitudes de consommation. Ce programme pourrait être appliqué à l'extérieur de l'environnement universitaire et la rétroaction découlant de la participation pourrait servir à traiter les troubles de consommation de substances des athlètes, particulièrement ceux qui sont buveurs à risque élevé.

⁴ Tous les liens signalés sont statistiquement significatifs.



Campus-wide Education on Student Drinking Norms

Objectifs

L'objectif de cette initiative est de sensibiliser les étudiants en général et les étudiants athlètes aux normes de consommation d'alcool du campus.

Théorie et composantes du programme

- Théorie des normes sociales
- Matériel publicitaire à plusieurs volets

Description du programme

Des données sur la population du campus sont recueillies pour formuler des messages clés, fondés sur des statistiques réelles, dans le but de sensibiliser les membres de la population du campus à la réalité des habitudes de consommation d'alcool de leurs pairs. Ces messages servent alors à élaborer divers types de matériaux promotionnels conçus pour cibler la population étudiante et l'informer de façon efficace. Par exemple, les techniques de dissémination pourraient comprendre des publicités dans les journaux de campus, des affiches dans les transports en commun et dans les zones à forte circulation comme la cafétéria, des kiosques dans les aires de repas, des matériels promotionnels pour le service des sports et des publipostages, y compris par courriel. Les images sont publiées à tour de rôle et surveillées de près pour en assurer l'exposition maximale au groupe cible. Ce type de matériel promotionnel pourrait comprendre une affiche présentant un étudiant attrayant, en couleurs vives, et déclarant « Vous pensez à vos habitudes de consommation d'alcool? » suivi d'un message factuel bref, comme « 68 % des étudiants de cette université prennent quatre verres ou moins lorsqu'ils font la fête » (Thombs et Hamilton, 2002). Des matériaux pourraient aussi être conçus à l'intention des étudiants athlètes.

Efficacité

Thombs et Hamilton (2002)

Méthodologie : Cette enquête était de nature non expérimentale et cherchait à évaluer les effets d'une campagne de rétroaction sur les normes sociales sur les normes perçues et les habitudes réelles de consommation d'alcool des étudiants athlètes de Division I après la mise en œuvre du programme. Un sondage mené auprès de 817 étudiants dans trois universités a atteint un taux de couverture de 67 % à 84 %. Les étudiants étaient divisés en fonction de l'exposition à la campagne. Cette exposition était déterminée en évaluant la reconnaissance du matériel de la campagne par les étudiants.

Procédure : L'enquête n'a pas mené d'évaluation de référence. Les participants ont été évalués 18 mois après le début de l'intervention sur campus. Les étudiants athlètes ont répondu à un sondage anonyme comportant des questions sur leur poids, leur sexe, le nombre de verres pris lors d'une occasion et sur combien d'heures (pour déterminer l'alcoolémie), le nombre de verres pris au cours des deux semaines précédentes, le nombre de conséquences liées à la consommation d'alcool (p. ex. gueule de bois) au cours des 30 jours précédents, les cas de consommation excessive (c.-à-d. cinq verres ou plus pour les hommes et quatre verres ou plus pour les femmes lors d'une occasion), le début de consommation et la perception des normes de consommation des pairs.

Résultats : Les athlètes exposés à la campagne percevaient moins de consommation d'alcool chez leurs pairs sur campus, mais la campagne n'a eu aucune incidence sur leur perception de la



consommation d'alcool de leurs intimes. De même, la campagne n'a eu aucun impact sur les habitudes de consommation d'alcool des étudiants.

Perkins et Craig (2006)

Méthodologie : Il s'agissait d'une enquête longitudinale de stratégies simultanées conçue pour communiquer des normes précises concernant les habitudes de consommation d'alcool d'étudiants athlètes, y compris des faits et statistiques sur les athlètes de l'école.

Procédure : Les athlètes participant à l'enquête ont été interrogés avant l'intervention et un et deux ans après celle-ci. Le sondage informatisé portait sur la fréquence de consommation d'alcool, la fréquence perçue de consommation des pairs, les conséquences négatives liées à l'alcool (p. ex. les bagarres), la durée du programme sportif, le nombre d'intimes participant au programme et l'exposition aux initiatives du projet après l'intervention.

Résultats : Avant d'être exposés à la campagne, les athlètes surestimaient la fréquence avec laquelle les autres étudiants athlètes et leurs amis consommaient de l'alcool. Une fois exposée à la campagne, cette perception a diminué. Par exemple, la perception selon laquelle les membres de l'équipe buvaient plus d'une fois par semaine a diminué de moitié après exposition au programme. Fait encourageant, le programme semblait mener à une diminution de la consommation risquée d'alcool chez les étudiants athlètes. Par exemple, les cas où les étudiants buvaient deux fois ou plus par semaine ont été réduits de moitié et l'alcoolémie et les conséquences négatives ont aussi diminué.

Leçons retenues

Les campagnes de rétroaction sur les normes sociales peuvent être efficaces pour modifier la plupart des perceptions des normes de consommation d'alcool sur campus chez les étudiants athlètes, mais elles ne donnent pas nécessairement lieu à un changement de comportement. La plupart des campagnes généralisées risquent de manquer d'efficacité, car la plupart des campus comprennent normalement un certain nombre de réseaux sociaux distincts, chacun d'entre eux ayant ses propres normes sociales et de consommation d'alcool. Cela pourrait limiter la possibilité d'une campagne de normalisation couvrant l'ensemble du campus; comme elle ne serait pas ciblée à un sous-groupe particulier, elle pourrait être inefficace pour l'ensemble des étudiants, particulièrement pour ce qui est des intimes (Thombs et Hamilton, 2002).

La campagne de normalisation sociale menée par Perkins et Craig (2006), d'autre part, était davantage ciblée (c.-à-d. vers les athlètes seulement) et offerte à une population étudiante dont la majorité participait à des activités sportives. Ce ciblage s'est avéré efficace pour modifier les comportements et les croyances relatives aux normes de consommation d'alcool chez les pairs.

Résumé

Les moyens de prévention comme les campagnes de rétroaction ciblée et de normalisation sociale peuvent être efficaces si elles sont conçues pour cibler des populations précises. On a conclu que la campagne de rétroaction personnalisée était plus efficace pour les étudiants qui étaient buveurs à risque élevé (c.-à-d. qui participaient déjà davantage à ce comportement que leurs pairs). Il semblerait que le fait d'apprendre que leurs pairs ne boivent pas autant qu'eux ait mené à une diminution de leur propre consommation d'alcool et à une nouvelle perception de la consommation d'autrui. De même, les campagnes de normalisation fonctionnent bien pour les groupes ciblés, mais sont moins efficaces lorsqu'elles tentent d'influencer un campus dans son ensemble.



Dépistage, consultation et counseling

Certains efforts de prévention incorporent des composantes interactives selon lesquelles les participants sont évalués et obtiennent des plans de traitement pour une consommation éventuelle ou apparente de substances. Ces programmes recensent le risque actuel de consommation de drogues et orientent les participants vers les ressources susceptibles d'aborder ces problèmes, menant idéalement à une cessation des comportements ou à une réduction du risque. Comme le mentionnent Martin et Thrasher (1989), ces initiatives cherchent la source du problème et permettent d'élaborer des stratégies pour réduire la consommation de substance à l'avenir. Ces programmes peuvent incorporer diverses pratiques de dépistage des effets physiques des drogues pour ensuite offrir une rétroaction ciblée, une consultation et des services de counseling concernant l'état de santé actuel du jeune et ce qu'il peut faire pour l'améliorer.

L'analyse a recensé quelques programmes de prévention secondaires. Les efforts de prévention secondaires se concentrent sur les personnes qui sont particulièrement à risque pour des comportements dangereux comme la consommation de drogue et ils visent à réduire ce risque et à faire naître en eux des facteurs de protection à long terme (CCLT, 2015). Ces programmes servent à favoriser une rétroaction personnalisée conçue pour aider les participants à réduire leur consommation.

Smokeless Tobacco Cessation Intervention

Objectifs

Cette intervention d'équipe cherche à réduire ou prévenir la consommation de tabac sans fumée chez les jeunes athlètes masculins.

Théorie et composantes du programme

- Théorie cognitive de l'apprentissage social
- Théorie de la diffusion des innovations

Description du programme

Ce type de programme figure plus d'une fois dans la littérature avec quelques légères variations de conception. Les composantes suivantes étaient les plus courantes :

1. **Participation des pairs** : Cette participation comprend une réunion de l'équipe de sensibilisation dirigée par des pairs (p. ex. présentation vidéo sur les dangers du tabac sans fumée suivie d'une discussion de groupe) et faisant appel aux membres de l'équipe pour orienter l'élaboration du programme et aux coéquipiers non-fumeurs pour encourager les autres membres à cesser de consommer.
2. **Dépistage oral de chaque joueur** : La pierre angulaire de ce programme est la participation de professionnels des soins dentaires. Dans le cadre de chaque programme, des dentistes ou hygiénistes viennent à l'école mener des activités de dépistage oral auprès des membres de l'équipe dans le but de relever toute préoccupation en matière de santé susceptible d'être engendrée par la consommation de tabac sans fumée. Dans certains cas, le fournisseur de soins de santé faisait une courte présentation de sensibilisation, dans le cadre de ces visites, où il montrait aux jeunes des exemples d'athlètes aux prises avec de graves problèmes de santé dentaire à l'aide d'images graphiques de leur dépistage.



3. **Plan de cessation** : Les fournisseurs de soins de santé travaillaient aussi avec les jeunes individuellement dans le but de créer des plans de cessation concrets et réalistes. Ce travail pouvait comprendre un « guide de cessation, le choix d'une date de cessation et une formation dans les compétences analytiques nécessaires à la cessation.
4. **Suivi** : Certaines interventions de cessation comprenaient aussi un suivi administratif où les professionnels de la santé communiquaient avec les athlètes, leur demandaient comment allaient leurs stratégies de cessation et leur offraient des conseils supplémentaires.

Efficacité

Darmody et Erich (1994)

Méthodologie : Darmody et Erich évaluaient les attitudes des athlètes de collèges privés par rapport au tabac sans fumée, leurs connaissances en la matière et leur consommation. Selon les résultats du sondage, ils ont élaboré le programme d'intervention décrit ci-dessus et l'ont offert à tous les athlètes masculins, tout en encourageant les joueurs de crosse et de baseball à y assister. Soixante-deux athlètes ont participé à la composante de sensibilisation (dont 34 qui avaient répondu au sondage original), 12 se sont soumis à un dépistage oral et un s'est inscrit au counseling de cessation.

Procédure : Le sondage de référence évaluait les connaissances des participants relativement aux méfaits du tabac sans fumée, leur consommation et leurs attitudes à l'égard de cette drogue. On a demandé à ceux qui avaient répondu au sondage original et participé au programme de répondre au sondage original de nouveau lors de la première séance d'entraînement après la présentation de sensibilisation du professionnel de soins dentaires.

Résultats : Cette enquête a conclu que le comportement des étudiants, leurs niveaux de connaissances et leurs attitudes à l'égard du tabac sans fumée ont été affectés de façon positive par l'intervention. Le programme a donné lieu à une augmentation des athlètes disposés à cesser de consommer du tabac sans fumée.

Walsh et coll. (1999)

Méthodologie : Walsh et coll. (1999) ont mené un essai clinique randomisé de joueurs de baseball et de football californiens qui consommaient tous du tabac sans fumée. Le groupe d'intervention comptait 171 participants et le groupe témoin, 189, dont la moitié provenait d'un milieu urbain et l'autre, d'un milieu rural. Aucun renseignement sur le programme du groupe témoin n'était disponible.

Procédure : Avant l'intervention, les deux groupes ont dû répondre à un sondage de référence pour mesurer leur consommation de tabac sans fumée et leurs caractéristiques démographiques. Un an après le sondage de référence, les participants ont dû répondre à un questionnaire autoadministré au sujet de leur consommation de tabac sans fumée et les participants disant avoir cessé de consommer ont dû se soumettre à un test salivaire.

Résultats : Fait significatif, l'enquête indiquait un taux de cessation de 34,5 % pour le groupe d'intervention et de 15,9 % pour le groupe témoin. L'efficacité de l'intervention ne variait pas en fonction du sport pratiqué par les participants et plus le taux de consommation de tabac sans fumée était élevé, plus l'intervention était efficace. Les participants ont indiqué que les composantes les plus utiles du programme étaient le dépistage oral et les images graphiques. Il est à noter que certains participants ont tenté de cesser de consommer du tabac sans fumée en passant à la cigarette.



Walsh et coll. (2003)

Méthodologie : Les auteurs de l'enquête ont mené des groupes d'essais cliniques randomisés auprès des joueurs de baseball d'écoles secondaires rurales de la Californie. Des 44 écoles participantes, 22 ont eu droit à l'intervention et 22 agissaient à titre de groupes témoins. Au total, 1 082 étudiants ont participé : 144 consommateurs, 375 non-consommateurs dans le groupe d'intervention et 166 consommateurs et 402 non-consommateurs dans le groupe témoin. L'enquête n'offrait aucun renseignement sur le programme du groupe témoin.

Procédure : Avant l'enquête, les participants ont dû répondre à un sondage sur leur consommation de tabac sans fumée et d'autres substances, sur leurs pairs et leurs modèles de rôle, sur leurs caractéristiques démographiques et sur les coéquipiers qu'ils admiraient. Ils ont dû se soumettre à un test de dépistage salivaire pour confirmer leur autodéclaration de consommation de tabac sans fumée. Ils ont aussi dû répondre à un questionnaire de suivi après l'intervention, puis à un autre questionnaire, un an plus tard, sur leur consommation de tabac sans fumée, leurs tentatives de cessation, le malaise ou les effets de la cessation sur leur performance athlétique et leur opinion de l'intervention.

Résultats : Les auteurs ont conclu que 35 % des participants à l'intervention ont cessé de consommer du tabac sans fumée comparativement à 16 % pour le groupe témoin, une différence considérable. L'intervention était plus efficace chez les participants dont la confiance dans leur capacité de cesser était faible que chez ceux qui avaient confiance dans leur capacité, et plus les participants étaient jeunes, plus ils étaient susceptibles de cesser. L'intervention n'a eu aucune incidence sur l'initiation de la consommation de tabac sans fumée chez les non-consommateurs.

Gansky et coll. (2005)

Méthodologie : Un groupe stratifié d'essais cliniques randomisés avec 883 participants à l'intervention et 702 membres du groupe témoin a été mené dans 52 collèges de la Californie. Les participants étaient consommateurs ou non-consommateurs de tabac sans fumée. L'enquête n'offrait aucun renseignement sur le programme du groupe témoin.

Procédure : Avant l'intervention, les participants ont dû répondre à des questionnaires axés sur leurs caractéristiques démographiques, leur consommation d'alcool et de tabac, leur âge d'initiation, la fréquence de leur consommation de tabac sans fumée et leurs tentatives de cessation. Un an après le début de l'enquête, on a encore une fois évalué les participants en fonction de leur consommation de tabac sans fumée au cours des 30 jours précédents.

Résultats : Le programme a donné lieu à une diminution de 42 % de l'initiation à la consommation de tabac sans fumée, mais n'a eu aucune incidence sur la cessation de la consommation. On a conclu que les personnes dont la dépendance à la substance était moindre ont connu plus de succès à cesser de consommer. Fait intéressant, cette enquête a souligné que lorsque les entraîneurs appuient la cessation, le taux de réussite des coéquipiers augmente.

Leçons retenues

Ces enquêtes illustrent l'efficacité de la rétroaction personnelle et des conséquences concrètes qui se rapportent à la santé avec les outils et le soutien en vue de la cessation. Les participants ont dit que le dépistage oral et les images graphiques représentaient les éléments les plus efficaces. Les effets du programme variaient en fonction de l'âge, de la consommation d'autres drogues (p. ex. la cigarette), du niveau de dépendance et de la confiance des participants dans leur capacité de cesser. Dans l'ensemble, le programme était considéré comme efficace pour promouvoir la cessation de la consommation de tabac sans fumée.



Student Athlete Testing Using Random Notification

Objectifs

Le programme Student Athlete Testing Using Random Notification (SATURN) vise à réduire la consommation de drogues et d'alcool chez les jeunes athlètes à l'aide d'une politique de dépistage non punitive, aléatoire et sans soupçon.

Théorie et composantes du programme

- Théorie du comportement planifié
- Dépistage aléatoire de drogues

Description du programme

Pour permettre à une école d'adopter le programme SATURN, le dépistage de drogues doit prendre la forme d'une politique obligatoire pour tous les athlètes participant aux programmes sportifs de l'école. Il doit y avoir 15 jours de dépistage aléatoire de drogues par année scolaire et 30 % des athlètes doivent être testés à un moment donné pendant l'année. Ces tests sont effectués par des médecins qui suivent le protocole officiel et font parvenir les échantillons à des laboratoires agréés. Si un test produit un résultat positif, il doit s'ensuivre une discussion entre les parents, la direction, un conseiller en abus de substance et l'athlète, qui sera suspendu pour une partie et aiguillé pour traitement subséquent, le cas échéant. Si on détermine qu'un traitement s'impose et que l'étudiant refuse d'y participer, celui-ci sera exclu de toute autre activité sportive.

Efficacité

Goldberg et coll. (2003)

Méthodologie : Deux écoles secondaires, l'une dont les étudiants doivent signer une autorisation de dépistage obligatoire avant de participer à une activité sportive, et l'autre sans une telle autorisation, ont participé au programme pour plus d'un an. Cent trente-cinq étudiants de l'école expérimentale ont participé au programme, tout comme 141 étudiants de l'école témoin. Les participants étaient des athlètes et des étudiants réguliers.

Procédure : Tous les participants, athlètes et non-athlètes, ont dû répondre à un sondage au cours de l'été précédant l'année scolaire et à un second sondage à la fin de l'année. Ce sondage portait sur des sujets comme la connaissance des conséquences de la consommation de drogues, les normes et attitudes de leurs pairs et d'eux-mêmes par rapport au dépistage de drogues et la consommation d'autres substances (p. ex. l'alcool).

Résultats : Cette enquête a conclu que le groupe assujéti au dépistage aléatoire de drogues a diminué sa consommation de drogues visant à rehausser l'apparence et la performance et de drogues illicites davantage que le groupe témoin. Par opposition, les attitudes et facteurs de risque de ceux qui avaient participé au groupe d'intervention favorisaient la consommation de substances; selon eux, les conséquences négatives de la consommation de substances étaient moindres, la consommation de substances de leurs pairs était plus importante et leurs pairs et les personnes d'autorité étaient plus tolérants de la consommation de substances.

Goldberg et coll. (2007)

Méthodologie : Il s'agissait d'une enquête prospective contrôlée avec répartition aléatoire d'une seule cohorte d'étudiants sur trois ans. Cinq écoles secondaires ont eu droit à l'intervention et six, à une politique différée (c.-à-d. qu'elles agissaient à titre de groupes témoins), ce qui signifie qu'elles



ne mettraient pas le programme de dépistage de drogues en œuvre avant la fin de l'enquête. Un total de 1 396 étudiants y ont participé.

Procédure : Les étudiants ont été évalués au début et à la fin des deux premières années scolaires et au début de chaque année scolaire subséquente. Le questionnaire était le même que celui utilisé par Goldberg et coll. (2003).

Résultats : Tout comme l'enquête précédente, les membres du groupe d'intervention ont connu une baisse de consommation de drogues illicites et de la consommation conjointe de drogues et d'alcool par rapport à l'année précédente, mais aucune diminution de la consommation au cours du mois précédent. L'attitude des participants à l'égard du dépistage et de leurs compétences athlétiques était moins positive et ils croyaient moins fermement que les autorités s'opposaient à la consommation de drogues.

Leçons retenues

Le programme de dépistage de drogues aurait pu dissuader la population d'intervention de consommer des substances, mais il n'a pas eu d'effet positif sur ses attitudes et croyances par rapport à la consommation de drogues. Il a plutôt mené à des attitudes plus favorables à la consommation de substances et à des croyances selon lesquelles le dépistage de drogues est inefficace et que le programme n'offre aucun avantage. Les programmes de dépistage de drogues ont peut-être un effet dissuasif, mais les médiateurs d'abus de substances semblent empirer au fil du temps.

Projet SPORT

Objectifs

Les objectifs du projet SPORT sont de prévenir la consommation d'alcool chez les étudiants d'âge secondaire, tout en favorisant la santé et l'activité physique.

Théorie et composantes du programme

- Modèle intégratif image-comportement
- Dépistage et consultation

Description du programme

Pour commencer, les participants se soumettent à un bref examen de santé et de condition physique portant sur les éléments liés à la santé, comme le sport et l'activité physique, l'exercice, les normes d'activité physique, l'alimentation, le sommeil et l'initiation à l'alcool et la consommation. Les questions dont les réponses sont principalement oui ou non permettent d'élaborer une rétroaction adaptée au participant. Ensuite, le participant suit une consultation de santé physique offerte par un spécialiste en santé physique en fonction des résultats de son examen, ce qui comprend des conseils adaptés sur les niveaux d'activité et de consommation de substances, tout en soulignant le fait que la consommation de drogues entre en conflit avec les objectifs de santé. On remet ensuite aux participants une « prescription » de santé physique avec volets sur l'alimentation, le sommeil, la consommation de substances, et ainsi de suite. Un pamphlet d'une page est aussi expédié aux participants une semaine après le programme pour renforcer ces messages.



Effacité

Werch et coll. (2003)

Méthodologie : Cette enquête cherchait à comprendre l'effet du dépistage de santé et de condition physique et de la consultation rapide par rapport à deux autres programmes : un premier comprenant un dépistage et une consultation rapide en matière de santé et de condition physique et un second comprenant tous ces éléments en plus de documents imprimés envoyés aux parents. Un modèle expérimental randomisé a servi à assigner 465 étudiants de 8^e année aux programmes susmentionnés.

Procédure : Le Youth Alcohol and Health Survey a permis d'évaluer les participants avant l'intervention et trois mois après celle-ci. L'enquête mesure la consommation d'alcool et de drogues, les facteurs de risque et de protection associés à la consommation d'alcool et les habitudes en matière d'exercice.

Résultats : Les trois programmes mentionnés ci-dessus ont eu des effets positifs pour les participants trois mois après l'intervention, soit une diminution de la consommation d'alcool et des problèmes afférents et une augmentation de l'exercice et de la maîtrise de soi. On a conclu que le dépistage de santé et de condition physique et la consultation rapide ont produit une réduction de la consommation perçue des pairs et une amélioration des normes sociales, particulièrement chez celles et ceux qui consommaient de l'alcool avant de participer au programme. Le fait d'établir un lien entre des images de jeunes en santé et actifs à l'abstinence de consommation d'alcool peut donner lieu à une diminution de la pression des pairs. Les documents destinés aux parents ont permis d'accroître la communication entre les parents et leurs jeunes. Ces conclusions ont aidé à élaborer le projet SPORT.

Werch, Moore, DiClemente, Bledsoe et Jobli (2005)

Méthodologie : Cet essai randomisé comprenait 604 participants de 9^e et 11^e années en zone urbaine. Les participants ont été inscrits au projet SPORT ou à un programme contrôle consistant de matériaux génériques préemballés sur la santé.

Procédure : Les participants ont été évalués avant de participer au programme, puis trois mois et 12 mois après sa fin à l'aide du Youth Alcohol and Health Survey.

Résultats : Lors de l'évaluation de trois mois, les enquêteurs ont recensé une incidence positive sur la consommation d'alcool des participants, ainsi que sur l'initiation de cette consommation. Ils ont noté une diminution de la consommation au cours des 30 jours précédents et une diminution du nombre de participants ayant essayé l'alcool, soit une augmentation des facteurs de protection (comme une augmentation de la perception de surveillance parentale) et une augmentation des habitudes en matière d'exercice. Lors de l'évaluation de 12 mois, les participants au programme ont consommé de l'alcool pour une période moins longue que ceux du groupe témoin. On a aussi noté une augmentation de la communication parent-enfant et une diminution des intentions de boire au cours des six mois suivants.

Moore et Werch (2009)

Méthodologie : Moore et Werch ont administré une nouvelle intervention après 18 mois aux participants à l'enquête ci-dessus (Werch et coll., 2005).

Procédure : Même procédure que Werch et coll. (2005).

Résultats : Cette nouvelle intervention n'a pas été utile pour le groupe élargi, mais les participants qui consommaient des drogues ont été affectés de façon positive. Ceux qui consommaient des



drogues ont obtenu une cote moindre pour la fréquence de consommation d'alcool et la quantité consommée et pour la fréquence de consommation de marijuana, ainsi que de meilleures cotes de facteurs de risque pour la maîtrise de soi et les communications parent-enfant.

Leçons retenues

Dans l'ensemble, il est évident que le dépistage rapide et les interventions adaptées peuvent réduire la consommation d'alcool et accroître l'exercice chez les athlètes. Ce bref programme de 12 minutes pourrait représenter une option réaliste pour réduire la consommation de substances à l'école, mais il nécessiterait une intervention d'appoint ultérieure pour les participants plus à risque, car les effets immédiats du programme pourraient s'avérer non durables.

Programme d'abus de substances du Service des sports de l'Université Vanderbilt

Objectifs

Ce programme vise à sensibiliser les jeunes athlètes aux effets négatifs de la consommation de substances, comme les méfaits physiques, psychologiques et sociaux. Il identifie aussi, grâce au dépistage de drogues, les athlètes sont susceptibles de consommer des substances et leur permet d'accéder aux services appropriés de counseling et de rétablissement pour aborder ces problèmes.

Description du programme

Les étudiants athlètes universitaires sont avisés au sujet du programme de dépistage au cours des 2 premières semaines de cours. On leur fournit des renseignements sur le fonctionnement du programme de dépistage, les conséquences d'un résultat positif et les lois locales et d'État concernant les drogues. Plus tard, on les sensibilise davantage à la consommation de drogues (p. ex. pourquoi les gens en consomment). Les entraîneurs doivent aussi suivre une formation annuelle sur la consommation de drogues, ce qui les aide à détecter les problèmes chez les jeunes athlètes. Les athlètes doivent se soumettre à des tests de dépistage aléatoires ou « pour cause » de drogues interdites par la National Collegiate Athletics Association (p. ex. les stéroïdes). Si un athlète obtient un résultat positif, il est passible de conséquences comme l'avis des parents par l'entraîneur, l'avis du doyen, l'imposition d'autres tests et de counseling et une suspension éventuelle de l'équipe. Tout athlète qui se sert de suppléments approuvés doit aussi les faire approuver par le personnel du Service des sports de l'Université Vanderbilt et suivre un séminaire de sensibilisation (Université Vanderbilt, 2005).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Programme de prévention de l'abus de substances de l'Université de l'État de Washington

Objectifs

Les objectifs de ce programme étaient de promouvoir le bien-être physique et mental des athlètes par la sensibilisation aux effets et conséquences de la consommation de substances, comme l'incidence sur le rendement scolaire, les capacités athlétiques et l'équipe. Le programme visait aussi à cerner les problèmes de consommation de substances, offrir des services de traitement et veiller à ce que les athlètes soient aptes, du point de vue médical, à compétitionner.



Description du programme

Le programme commence dès l'orientation à l'université. Les athlètes doivent respecter les politiques de l'université, soit d'avoir l'âge légal pour boire et de s'abstenir de consommer des substances dans le cadre de leurs fonctions intercollégiales officielles. Si un athlète contrevient à ces politiques, il s'expose à des sanctions comme la suspension de pratique ou l'expulsion. Si un athlète présente des symptômes de consommation inappropriée de substances, il peut être contraint de subir un test de dépistage de drogues et devra subir les conséquences d'un résultat positif, comme un renvoi en évaluation ou une suspension de l'équipe (Université de l'État de Washington, s.d.).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Résumé

Selon les évaluations précédentes de programmes axés sur le dépistage et la consultation, il appert que les efforts de prévention qui visent à sensibiliser et qui incorporent une rétroaction personnalisée et font appel à une approche adaptée pour réduire ou éliminer la consommation de drogues sont efficaces pour modifier les comportements, les attitudes et les croyances au sujet des substances. La rétroaction personnalisée et l'utilisation d'athlètes de renom qui utilisent des substances semblables offrent aux participants une expérience concrète à laquelle ils peuvent s'identifier, ce qui permet d'influencer plus profondément leurs attitudes. Ces programmes doivent cibler les jeunes qui n'ont pas l'aptitude ou l'attitude pour cesser de consommer, ceux qui sont très dépendants ou ceux qui n'ont pas encore entamé la consommation.

Les auteurs des enquêtes sur ces programmes ont noté certaines considérations relatives au contenu et aux composantes des programmes :

- Les programmes doivent être accompagnés d'une sensibilisation bien équilibrée pour veiller à ce que le tabac sans fumée ne soit pas remplacé par une autre substance malsaine (p. ex. la cigarette) (Walsh et coll., 1999);
- Les interventions, y compris les sanctions administratives, la sensibilisation à la consommation de substances, le dépistage oral et les conséquences aux comportements à risque, donneront lieu à un changement positif du comportement (Darmody et Erich, 1994);
- Inclure les entraîneurs à l'exécution de la sensibilisation, car ils ont une influence sur la consommation de drogues chez les athlètes (Gansky et coll., 2005).

Offrir l'accès au sport

Certains programmes ne comprennent pas nécessairement de composante de sensibilisation à la consommation de substances ou ne sont pas nécessairement axés en ce sens, mais visent plutôt à inciter les jeunes à s'adonner à des activités physiques pour les éloigner des comportements à risque élevé comme la consommation de substances. L'accès au sport va de l'attribution d'espace dans un gymnase pour permettre aux participants de pratiquer un sport avec supervision à l'entraînement en force physique plus intense et à la participation à un sport d'équipe. Ce type de programme n'a pas fait l'objet d'une évaluation.

Les programmes suivants sont des programmes d'intervention primaire visant à offrir des options de rechange aux comportements à risque, comme la consommation de substances, mais ils ne sont pas nécessairement axés sur cette consommation.



First Choice Physical Fitness Program

Théorie et composantes du programme

- Sensibilisation
- Participation parentale
- Adapté aux jeunes à risque

Objectifs

Les objectifs de ce programme sont de faire appel à un entraînement physique structure pour inculquer aux jeunes l'estime de soi, l'autodiscipline et la responsabilité de soi, ainsi que les compétences de vie, offrant ainsi un mode de vie de rechange exempt de consommation de substances.

Description du programme

Le First Choice Physical Fitness Program est conçu pour être offert aux jeunes à risque par des leaders communautaires et des organismes éducatifs dans le cadre de services de traitement ou correctionnels pour jeunes. Le programme compte trois composantes principales. Premièrement, les jeunes passent trois jours par semaine pendant 9 à 12 semaines à apprendre des compétences de conditionnement physique et à participer à des exercices. Cette composante enseigne des compétences de vie, comme l'établissement d'objectifs et l'auto-récompense. Ensuite, les parents participent à un module qui leur enseigne des compétences parentales comme la technique du contrat de comportement avec les jeunes, le conditionnement physique en famille et la modélisation de comportements sains pour les jeunes. Enfin, une composante de formation entre pairs est offerte pour permettre à celles et ceux qui ont réussi le programme de devenir des leaders de conditionnement physique pour les autres participants.

Efficacité

Collingwood, Sunderlin, Reynolds et Kohl (2000)

Enquête : Des données recueillies auprès de 329 étudiants lors d'évaluations de site du programme ont permis aux auteurs de l'enquête de comparer les évaluations des participants avant et après le programme pour en déterminer l'impact. Les participants provenaient de sites ayant fait la mise en œuvre du programme, y compris des écoles secondaires et intermédiaires et des sites du programme de réduction de la demande de drogues de la Garde nationale.

Procédure : Les participants ont été mesurés et évalués en fonction des facteurs suivants avant et après le programme : condition physique à l'aide de tests physiques (p. ex. nombre de redressements assis en une minute), niveau d'activité physique, habitudes de consommation de substances, facteurs de risque de consommation de substances comme le concept de soi, le bien-être général et les amitiés, les relations familiales et l'activité criminelle et les perceptions du programme.

Résultats : Les participants ont accru leurs niveaux d'activité physique et de condition physique et diminué leur consommation de substances comme la cigarette, le tabac sans fumée, l'alcool et la marijuana. On a aussi noté une augmentation favorable des facteurs de protection associés à la consommation de substances (p. ex. augmentation des cotes de concept de soi et de bien-être).



Leçons retenues

Bien que l'augmentation du niveau d'activité et l'amélioration de la condition physique des participants a mené à une diminution du risque de consommation et de la consommation de substances, le taux de consommation de substances de la population étudiée n'était pas élevé au début et ces données ne font état que d'un changement de comportement à court terme. On ne peut donc pas présumer que ce programme est efficace à court terme pour les consommateurs de substances à faible risque.

Aboriginal Youth Futures in Recreation and Sport Training

Urban Native Youth Association

Objectifs

Le programme Futures in Recreation and Sport Training (FIRST) élabore et exécute une gamme diversifiée d'activités sportives et récréatives qui encouragent les jeunes Autochtones à être actifs, à participer à l'acquisition de compétences, à faire des choix de vie positifs et à développer des compétences de leadership. Le programme vise à offrir des options de rechange aux activités antisociales comme la consommation de substances.

Description du programme

À l'aide de partenariats établis, le programme facilite la participation de jeunes Autochtones de 11 à 24 ans à des activités sportives et récréatives. Le programme est conçu pour favoriser la résilience chez les jeunes et réduire les comportements à risque, comme la consommation de substances (Urban Native Youth Association, s.d.).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Solidarité Ahuntsic

Objectifs

Les objectifs de ce programme sont de prévenir la consommation et le trafic de drogues et les autres comportements à risque liés à la drogue en offrant des options de rechange à ces comportements.

Description du programme

Ce programme, qui s'adresse aux jeunes de 13 à 25 ans dans un secteur d'habitation à loyer modéré d'un centre urbain, cherche à contrer l'absence de modèles de rôle positifs et d'activités de développement positives en offrant des activités sportives aux jeunes (Sécurité publique Canada, 2015b).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Eastside Aboriginal Space for Youth

Objectifs

Les objectifs du programme Eastside Aboriginal Space for Youth (EASY) sont de renforcer les actifs des jeunes en fonction de quatre éléments de la Roue de médecine, soit les aspects mental, physique, émotionnel et spirituel, dans le but de diminuer la probabilité que les jeunes Autochtones se joignent à un gang de rue, qu'ils participent à des activités criminelles ou qu'ils consomment des substances.



Description du programme

Ce programme aborde les facteurs de risque chez les jeunes à l'aide du modèle de développement des actifs et de la Roue de médecine autochtone. Le programme facilite la résilience chez les participants en améliorant les actifs internes, comme la compétence interpersonnelle et l'identité positive, et les actifs externes, comme les compétences de résolution de conflit, de planification et de prise de décision. Le programme profite aussi aux jeunes en les liant à leur culture. Les jeunes sont jumelés avec un mentor alors qu'ils participent à des activités parascolaires, des activités de nuit et des activités sportives (p. ex. le basketball) (Sécurité publique Canada, 2015a).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Boxe Pan Am

Objectifs

La boxe Pan Am encourage les jeunes à s'adonner à des activités non liées aux drogues et à l'alcool.

Description du programme

La boxe Pan Am est un programme d'accueil gratuit pour jeunes de 9 à 25 ans. Les enfants plus jeunes peuvent participer à des classes de boxe et de bataille pour jeunes, alors que les plus vieux (garçons seulement) peuvent demeurer sur les lieux et obtenir un soutien. Ils doivent fréquenter l'école ou travailler alors qu'ils y habitent et doivent s'entraîner, participer au service communautaire et s'abstenir de toute substance (D. St. Hillaire, communication personnelle, 27 juillet 2015).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Résumé

Il n'est pas clair si les programmes sportifs offrant aux jeunes des options de rechange à la consommation de substances réduisent la consommation de ce groupe d'âge à long terme, car la plupart de ces programmes n'ont toujours pas fait l'objet d'une évaluation. Ces programmes sont associés à une augmentation d'activité et une amélioration de condition physique qui mènent à un développement positif, selon les données probantes.

Programmes à plusieurs niveaux

Les programmes à plusieurs niveaux incorporent des composantes de plus d'un type de programme ou autres stratégies de prévention. Les composantes incorporées peuvent viser la sensibilisation, être pair-à-pair, viser la formation des parents et des entraîneurs ou porter sur la modification des politiques en matière de consommation de substances d'une organisation sportive quelconque. Les données probantes appuient l'opinion selon laquelle les programmes qui véhiculent des messages cohérents à divers publics cibles et dans plusieurs plateformes (p. ex. écoles, clubs et médias) réussissent à réduire la consommation de substances (National Institute on Drug Abuse, 2003).

Les programmes suivants utilisent plusieurs des composantes des programmes précédents, y compris des composantes de prévention primaires et secondaires, pour inciter les jeunes athlètes à modifier leurs comportements.



Intervention communautaire à plusieurs niveaux

Objectifs

L'objectif des interventions communautaires à plusieurs niveaux est de réduire la consommation d'alcool chez les athlètes amateurs (de 16 à 34 ans).

Théorie et composantes du programme

- Sensibilisation
- Changement de politiques
- Campagne médiatique

Description du programme

Une intervention communautaire à plusieurs niveaux qui a été examinée contenait diverses composantes visant à opérer un changement par l'appartenance à n'importe quel club sportif :

1. Présentation de 50 minutes pour sensibiliser les participants membres du club aux méfaits de l'alcool et aux stratégies de réduction des méfaits.
2. Présentation PowerPoint de 40 minutes et document de sensibilisation à l'intention des entraîneurs et des gérants de clubs sportifs pour les sensibiliser aux stratégies de détection et de gestion des problèmes liés à l'alcool au sein de l'équipe et du club.
3. Atelier de 80 minutes pour permettre aux employés d'orienter le l'élaboration d'une politique efficace en matière d'alcool pour le club sportif (p. ex. arrêter de servir de l'alcool vers la fin d'un événement sportif).
4. Campagne de sensibilisation à l'alcool dans les médias locaux, y compris publicités et affiches.

Efficacité

Darker et coll. (2013)

Méthodologie : Des groupes de discussion ont été organisés avec les joueurs et entraîneurs afin de comprendre et de détecter tout changement dans l'opinion des membres du club par rapport à l'alcool depuis l'intervention. Six groupes ont eu lieu, cinq avec les joueurs (30 participants au total) et un avec les entraîneurs (six participants au total).

Procédure : Aucune évaluation préalable n'a eu lieu. Les évaluations ultérieures ont eu lieu dans le cadre des groupes de discussion.

Résultats : Les chercheurs ont découvert qu'une culture de consommation d'alcool existait dans l'environnement avant l'intervention (p. ex. consommation excessive, abstention avant une partie). Les participants ont signalé une augmentation de leur connaissance des incidences de l'alcool sur leur performance athlétique et ont appris à connaître d'autres comportements sains, comme l'hydratation avant une partie, mais cette connaissance n'a pas modifié leurs habitudes de consommation d'alcool. Ils ont aussi dit que les lignes directrices de consommation d'alcool à faible risque mentionnées lors de l'intervention (maximum de trois pintes de bière par occasion) n'étaient pas réalistes pour le groupe, car il s'agissait d'un seuil trop bas pour l'environnement. Le changement de politique n'a pas été bien reçu et aurait été plus efficace si des joueurs ou entraîneurs l'avaient présenté comme « ligne directrice », plutôt que le club. On a aussi noté que les



clubs amateurs comme ceux qui participaient à l'enquête n'avaient pas l'autorité d'imposer des règles aux membres.

Leçons retenues

L'intervention a donné lieu à une augmentation des connaissances, mais pas à un changement de comportement. Cet échec à changer le comportement pourrait découler du fait que les clubs amateurs ne sont pas l'endroit idéal pour changer les politiques, car il s'agit de situations sociales avec des adultes en âge de consommer de l'alcool. Les politiques seraient peut-être plus efficaces dans un environnement plus strict d'équipe, comme les équipes compétitives ou professionnelles. De même, les stratégies de réduction des méfaits proposées n'étaient pas réalisables par le public cible et n'ont donc pas été inculquées. Si on fait appel à des stratégies de réduction des méfaits pour changer les comportements, elles doivent être réalisables pour le public cible. L'enquête a tout de même conclu que l'entraîneur était valorisé en tant qu'instigateur de changement apte à se faire champion de la réduction de la consommation d'alcool pour améliorer la performance physique.

Modèle Athletic Prevention, Programming and Leadership Education

Objectifs

L'objectif du modèle Athletic Prevention, Programming and Leadership Education (APPLE) est de doter les collèges et universités d'une approche environnementale de sensibilisation à l'abus de substances et de prévention adaptée à un service des sports.

Théorie et composantes du programme

- Sensibilisation
- Dépistage de drogues
- Changement de politiques

Description du programme

Le modèle APPLE est un programme global dans sa mise en œuvre et ses composantes et il touche divers secteurs d'un campus pour y opérer le changement. Les sept secteurs suivants sont ceux où opère le programme.

1. Le service des sports examine l'ensemble des documents de recrutement pour s'assurer qu'ils ne font pas la promotion de consommation de substances aux nouveaux athlètes.
2. Le service des sports se doit de définir le rôle de l'athlète dans la communauté scolaire et de veiller à ce qu'il priorise ses études avant tout. Le service doit aussi donner l'exemple en ce que tous les membres du service s'abstiennent de consommer des substances.
3. Les athlètes doivent participer à un programme obligatoire de sensibilisation à la consommation de substances portant sur les lois fédérales, de l'État et de la localité en matière de drogues et clarifiant toute perception erronée sur la consommation de substances. Le service doit aussi fournir des documents d'information aux athlètes.
4. Le service des sports doit incorporer les politiques d'école et fédérales en matière de drogue et veiller à l'application uniforme de ces politiques et à l'application claire et catégorique des lois.



5. Le service des sports doit adopter un programme de dépistage de drogues et fournir les normes de dépistage aux parents et aux athlètes. Ce programme doit respecter les lignes directrices de la National Collegiate Athletics Association, ainsi que les exigences en matière de respect de la vie privée, de confidentialité et de chaîne de possession.
6. Les conséquences des infractions de consommation de substances doivent être clairement stipulées et communiquées de façon uniforme sans égard au sport ou à l'athlète; elles doivent aussi être appropriées et justes.
7. Le service doit offrir l'accès à des services appropriés de sensibilisation, de counseling et de traitement en matière de consommation de substances aux athlètes et aux membres du personnel (Grossman, Gieck, Freedman et Fang, 1993).

Efficacité

Grossman et Smiley (1999)

Enquête : Les auteurs offrent un aperçu du succès et des défis en matière de mise en œuvre du programme APPLE jusqu'à maintenant. Les données ont été recueillies à l'aide de mécanismes de rétroaction qualitative comme des sondages et des entrevues téléphoniques.

Procédure : Sans objet.

Résultats : Le plus haut taux de progrès en matière de mise en œuvre de programme a été enregistré dans l'élaboration de politiques, la sensibilisation et programmation, et les attitudes et attentes. La facilité de mise en œuvre dépendait du point où se trouvait le service par rapport à ses processus et politiques de recrutement. Les services préalablement dotés de solides politiques en matière de consommation de substances ont pu faire une mise en œuvre plus rapide des composantes de sensibilisation que ceux qui ne l'étaient pas. Les établissements qui ont misé sur des programmes préexistants entre pairs pour la mise en œuvre du programma APPLE ont enregistré plus de progrès sur le plan du mentorat et de la sensibilisation entre pairs, ce qui, à son tour, a permis d'influencer davantage les athlètes. Les défis plus importants relativement à la mise en œuvre portaient sur les contraintes en matière de temps, les ressources et les attitudes du personnel administratif.

Leçons retenues

La réussite d'un programme peut dépendre de la structure du service des sports du campus, ainsi que des attitudes du personnel et des étudiants qui participent à sa mise en œuvre. Un programme qui comprend plusieurs volets, comme le programma APPLE, s'applique plus facilement à toute une gamme de campus en raison des nombreux volets qu'un campus peut choisir d'adopter ou d'incorporer.

Winning Choices

National Collegiate Athletic Association et Western Connecticut State University

Objectifs

Winning Choices, approche à plusieurs volets fondée sur l'exécution de programme entre pairs, cherche à sensibiliser les étudiants athlètes aux dangers de la consommation de substances à l'aide d'une campagne de normes sociales et d'activités sociales sans alcool.



Description du programme

Au moment de créer le programme Winning Choices, les concepteurs ont tenu des forums et des groupes de discussion avec des étudiants, y compris des étudiants en marketing, afin d'éclairer l'élaboration de la campagne. Il revenait aux athlètes d'exécuter le programme et on les a encouragés à concentrer leur influence sur les nouveaux étudiants. Des initiatives ont été livrées en résidence, en classe et pendant des activités sportives, dès le début de l'année, comme pendant l'orientation d'été, afin de cibler les nouveaux étudiants. Comme le programme est administré par des pairs, il se fie sur une « stratégie de gestion de l'environnement » permettant aux athlètes de dissiper les normes sociales inexactes en corrigeant les idées fausses que se font les étudiants de la consommation de substances. Cette rééducation se fait pendant le quotidien des athlètes, rendant ainsi les moments propres à l'enseignement plus enrichissant pour les participants. Diverses options de rechange à la consommation de substances, comme la récréation, sont aussi offertes aux étudiants (Western Connecticut State University, s.d.).

Aucune évaluation n'était disponible pour ce programme.

Résumé

Des programmes à volets multiples qui font appel à plusieurs stratégies de prévention de consommation de substances pourraient offrir une plus grande adaptabilité, car les collèges et universités peuvent choisir les composantes les plus pertinentes du programme pour ensuite progresser vers l'adoption de l'ensemble des composantes au fil du temps. Chaque institution utilisera ce type de programme à sa façon, selon l'étape d'élaboration de politiques et de programmes de mentorat entre pairs où elle est rendue.



Leçons retenues

Les programmes de prévention de la consommation de substances qui s'appuient sur des pratiques factuelles sont efficaces pour réduire la consommation de plusieurs substances, y compris l'alcool et le tabac (Griffin et Botvin, 2010; Botvin, 2000). Cette analyse environnementale des programmes sportifs pour jeunes qui abordent la prévention de la consommation de substances nous mène à cette même conclusion pour les programmes jugés efficaces. Selon l'analyse des résultats examinés par des pairs et la littérature de la prévention de la consommation de substances, les considérations suivantes sont essentielles à l'élaboration d'un programme de prévention de consommation de substances axé sur le sport :

- La prévention de la consommation de substances doit commencer au niveau de la communauté pour que les activités contribuent à la prospérité de cette communauté et à l'établissement d'un environnement où les jeunes sont engagés et peuvent s'épanouir (CCLT, 2015).
- La plupart des programmes de prévention de la consommation de substances sont de nature holistique; ils incorporent plusieurs composantes clés et sont empathiques, flexibles et fondés sur des données probantes (CCLT, 2015).
- Les initiatives de prévention de consommation de substances globales adopteront une approche à plusieurs niveaux misant sur le particulier, la famille, l'école, la communauté et les politiques publiques (CCLT, 2010).
- Les programmes doivent être exécutés avant et pendant les points développementaux clés; c'est-à-dire lorsque les jeunes sont plus susceptibles de rencontrer des défis en matière de consommation de substances (CCLT, 2015).
- Les jeunes qui participent à un programme de prévention de consommation de substances proviennent tous de contextes différents et ont des caractéristiques démographiques et personnelles particulières. Ces différences pourraient jouer sur le niveau auquel un programme arrive à influencer un jeune et pourraient amplifier les comportements malsains. Ainsi les programmes devraient cibler les sous-groupes participants (Fritz et coll., 2005).
- Plus important encore, les programmes doivent être conçus pour autonomiser et engager les jeunes en provoquant et en offrant des activités appropriées à l'âge. Les jeunes devraient pouvoir participer à l'élaboration de programmes et être formés pour pouvoir agir à titre de leaders de pairs et d'animateurs de programme dans la communauté (CCLT, 2015).

Même si des pratiques fondées sur des données probantes ont été incorporées à plusieurs des programmes examinés dans cette analyse, les recherches sur leur efficacité dans un environnement spécifiquement sportif sont toujours relativement limitées. Comme bon nombre des périodes de suivi des évaluations étaient de deux ans ou moins, il est difficile de déterminer si les programmes avaient des effets à long terme. Les leçons retenues de ces examens doivent être considérées comme préliminaires dans le cadre de l'élaboration future de programmes de prévention de consommation de substances axés sur les sports. Les éléments suivants résument les principales considérations relatives aux programmes sportifs de prévention de consommation de substances chez les jeunes en fonction des leçons retenues des évaluations faisant partie de la présente analyse :

1. L'administration de programmes **entre pairs** s'est avérée être un modèle utile d'efforts de prévention. L'**environnement de sport d'équipe** offre des occasions d'influencer les athlètes qu'aucun autre environnement n'offre (p. ex. lieu de travail) sans effort conscient pour



produire une cohésion d'équipe. Les recherches appuient l'utilité de l'équipe sportive où des étudiants d'âges variés interagissent dans un environnement non stigmatisant et sexospécifique (Klepp, Halper et Perry, 1986). L'équipe favorise la motivation par l'engagement envers les autres membres, les jugements collectifs et la responsabilité mutuelle (Tuckman, 1965). Cet effet peut s'étendre au-delà du gymnase, jusqu'en salle de classe, et les athlètes interagissent tout au long de leur expérience scolaire, solidifiant ainsi la motivation positive que ressentent les participants grâce aux réalisations de l'équipe (Klepp et coll., 1986; Tuckman et Jensen, 1977). Il pourrait s'avérer bénéfique de mettre ce groupe déjà cohésif à profit pour sensibiliser les jeunes aux méfaits des substances et, idéalement, instiguer un changement de comportement.

2. De même, comme les membres de l'équipe ont une influence sur les jeunes, les **entraîneurs** en ont aussi une. Comme l'illustrent Gansky et coll. dans leur évaluation d'un programme de cessation de consommation de tabac sans fumée (2005), et Darker et coll. dans leur évaluation d'un programme communautaire à plusieurs niveaux (2013), les entraîneurs sont considérés comme des sources utiles d'information et peuvent aussi provoquer un changement de comportement au sein d'un groupe d'athlètes. Une composante clé des programmes de prévention est le fait de pouvoir compter sur un administrateur de programme qui est valorisé et respecté par les sujets de l'intervention. Un entraîneur est parfait pour ce rôle, car il ou elle possède des compétences et habiletés respectées et recherchées (Crabbe, 2000) susceptibles de rehausser son influence et sa crédibilité. Les recherches ont aussi démontré que la consommation de drogues des jeunes qui pratiquent un sport avec la participation d'un entraîneur a diminué comparativement à celle des jeunes qui pratiquent un sport sans la participation d'un entraîneur (p. ex. Moore et Werch, 2009). Un programme sportif visant à réduire la consommation de substances chez les jeunes devrait prévoir la participation d'un entraîneur.
3. Le fait d'inclure **une composante axée sur les parents** (comme dans le programme ATLAS), où les parents participent à l'intervention, à l'aide de leur propre formation ou en examinant les documents de sensibilisation, pourrait assurer un plus grand impact sur les jeunes participants (CCLT, 2015). Elliot et Goldberg (1996) ont conclu que la composante de leur programme de prévention de la consommation de substances qui soulignait la désapprobation parentale de la consommation de drogues était efficace pour instiguer un changement de comportement en invalidant les normes. Les jeunes présumaient incorrectement que leurs parents n'étaient pas opposés à la consommation de drogues, mais ils ont été mis au courant de leur point de vue lorsqu'ils ont participé au programme. Werch et coll. (2003) ont aussi conclu que la participation des parents à une intervention augmentait la communication au sujet de la consommation de substances entre les parents et les jeunes, donnant aussi lieu à un changement d'attitude et de comportement chez les participants. La participation parentale aux programmes de prévention de la consommation de substances axés sur les sports pourrait accroître l'effet du programme sur les participants.
4. Les programmes devraient comprendre des composantes **applicables** aux participants et auxquelles ceux-ci peuvent **s'identifier**. Par exemple, les programmes qui comprennent un examen personnalisé de la santé (p. ex. dépistage oral) et une rétroaction correspondante et offrant des interventions adaptées étaient efficaces pour instiguer un changement de comportement chez les jeunes. Les programmes faisant appel à des athlètes de renom qui avaient subi les méfaits des substances en question, y compris des images des effets des drogues sur leur corps, ont aussi eu une impression sur les participants. De même, les programmes qui sensibilisent les jeunes aux réalités de la consommation de substances sur



campus ont mené à un changement d'attitude et de croyance au sujet des normes. Ce changement n'est pas surprenant, car de nombreuses recherches indiquent que ces tactiques sont efficaces pour la prévention auprès de ce groupe d'âge (Carey, Scott-Sheldon, Carey et DeMartini, 2007); Larimer et Cronce, 2002; Larimer et Cronce, 2007). Il est à noter que les jeunes ne répondent pas bien aux programmes de dépistage aléatoire de drogues.

5. Autre considération pour s'assurer que les jeunes puissent s'identifier à un programme, celui-ci devrait être offert par l'entremise de **plateformes avec lesquelles les jeunes sont familiers**. Par exemple, les jeunes trouveraient invariablement un sondage en ligne plus pertinent qu'un sondage en personne ou une rétroaction par courriel plutôt que par la poste. L'utilisation d'une rétroaction par ordinateur s'est avérée être plus efficace pour ce groupe d'âge (Kypri, Saunders et Gallagher, 2003; Saunders, Kypri, Walters, Laforge et Larimer, 2004). De plus, pour ce qui est des campagnes de normalisation sociale, les affiches et les publicités devraient être conçues avec les jeunes en tête.
6. Plusieurs des programmes visés par la présente analyse offrent aux jeunes des **comportements de rechange** à la consommation de substances. Il a été démontré que le fait d'offrir une option de rechange menait à un changement de comportement, alors que les efforts de sensibilisation portant uniquement sur les effets négatifs de la consommation de substances étaient insuffisants pour instiguer le changement. Par exemple, les programmes ATHENA et ATLAS offrent chacun aux jeunes une option de rechange aux comportements malsains, comme de l'information sur une alimentation saine et sur des régimes de conditionnement physique. Avec ces compétences à portée de la main, les jeunes ont trouvé plus réaliste de faire appel aux options de rechange aux drogues. En l'absence d'une option de rechange, les jeunes pourraient ne pas voir de voie facile pour s'abstenir ou cesser de consommer des drogues. Comme le veut la théorie cognitive de l'apprentissage social, un changement de comportement doit sembler réalisable pour le participant ou il ne changera pas ses habitudes. Les comportements sains suggérés aux jeunes leur permettent de profiter d'une meilleure santé et d'éviter la consommation risquée de substances.
7. Veiller à ce que les objectifs du programme soient **réalisables** pour le public cible. Comme l'indique la rétroaction recueillie par Darker et coll. (2013) auprès des membres d'un club sportif ayant vécu d'importants changements en matière de politiques, certaines pratiques de réduction des méfaits ne s'appliquent peut-être pas au public en question. Le niveau de compétition du club peut aussi influencer la façon dont les joueurs accueillent les règles sur la consommation de substances. Par exemple, le fait d'établir des lignes directrices de consommation de substances à faible risque dans un environnement sportif dont les participants sont là pour socialiser et ont l'âge requis pour boire. De même, les changements apportés à la mise en œuvre d'un programme doivent reposer sur le niveau d'autorité qu'ont les administrateurs du programme sur les participants. De façon générale, le dépistage de drogues et les limites imposées à la consommation de drogues ne sont pas bien reçus dans un environnement sportif occasionnel, mais le sont lorsqu'il s'agit d'équipes compétitives ou hautement réglementées. Pour qu'un programme soit efficace, il est important de comprendre les mécanismes d'autorité en place et l'ouverture des athlètes au contrôle de leurs comportements.
8. Même si on ne les a pas abordés en détail dans la plupart des ressources recueillies pour la présente analyse, certains articles ont soulevé des **considérations de mise en œuvre** pertinentes qui devraient faire partie de l'élaboration de programme. En voici un résumé.



- Les programmes qui comprennent plusieurs composantes différentes seront adaptables à un plus grand nombre de contextes que ceux comprenant une ou deux composantes. Comme les programmes offrent plusieurs niveaux, les campus et autres organisations peuvent choisir les composantes à incorporer en fonction de leurs structures actuelles (p. ex. politiques actuelles, groupes de pairs préétablis). Cette flexibilité permet à l'organisation d'adopter un programme à son propre rythme et d'une façon qui lui est compatible (Grossman et Smiley, 1999; Kingsland et coll., 2015).
- Au moment d'élaborer de nouveaux programmes, il est important d'offrir aux employés une formation de mise en œuvre. Il est préférable que les employés soient formés par une personne ayant déjà offert le programme, qu'on leur offre une formation de suivi et que l'on maintienne des communications ouvertes. Le roulement du personnel et les employés qui n'appuient pas les objectifs du programme peuvent mener à une réduction du leadership dans l'exécution du programme et influencer sur la fidélité du programme (Collingwood, Sunderlin et Kohl, 1994). Lorsque l'on considère le personnel du programme, il faut retenir les employés qui croient dans la cause et qui sont susceptibles d'être en poste pour un certain temps ou qui accepteraient de former de nouveaux administrateurs. On doit faire appel à des moyens de formation qui n'épuisent pas les ressources limitées, comme des modules de formation en ligne qui peuvent être effectués au fil du temps (Kingsland et coll., 2015).
- Au moment d'élaborer les matériaux du programme, il faut s'assurer qu'ils soient pertinents et appropriés à l'âge du public cible. Par exemple, le niveau de compétence en lecture varie en fonction de l'âge et de la personne; il serait nuisible au programme si le niveau de lecture des matériaux était trop élevé et ainsi difficile à comprendre ou inutile pour les participants (Kingsland et coll., 2015).
- Il est important d'envisager de façon réaliste les fonds, le personnel et le temps qui seront nécessaires pour la mise en œuvre et le maintien d'un programme. L'élaboration et le lancement d'un programme en fonction de ressources qui ne sont disponibles que pour un certain temps ne seraient pas productifs à long terme. Il faut garder ces limites en tête pendant l'élaboration afin de s'assurer que le programme n'imposera pas un stress exagéré sur un service ou une organisation.



Conclusion

The objectives of the environmental scan were:

Les objectifs de l'analyse environnementale étaient :

- To summarize lessons learned in this area based on peer-reviewed evaluations in order to facilitate the exchange of knowledge within the field and help program developers shape their own community programs.
- De recenser et résumer l'ensemble des programmes sportifs nord-américains pour jeunes comprenant une composante de sensibilisation à la consommation de substances;
- De déterminer si ces programmes réduisent en effet la consommation de substances chez les jeunes (de 10 à 24 ans);
- De résumer les leçons retenues dans le domaine en fonction des évaluations examinées par des pairs dans le but de faciliter l'échange de connaissances et d'aider les concepteurs de programmes à façonner leurs propres programmes communautaires.

Cette analyse a examiné les évaluations de divers programmes sportifs pour jeunes comprenant des composantes de sensibilisation à la consommation de substances, ainsi que d'autres programmes n'ayant pas encore été évalués. Selon les conclusions de ces évaluations et les constatations tirées de la littérature sur la consommation de substances, cette analyse est en mesure d'offrir certaines leçons préliminaires pour l'élaboration ultérieure de programmes de prévention de la consommation de substances fondés sur des données probantes.

Les résultats de cette analyse environnementale illustrent le fait que le type le plus courant de programme misant sur l'environnement sportif pour influencer les jeunes est celui des programmes entre pairs et des programmes de dépistage, de consultation et de counseling. Venaient ensuite les programmes fondés sur des campagnes de normalisation sociale. Ces programmes reposaient le plus souvent sur la théorie du comportement planifié et, dans une moindre mesure, sur la théorie de l'apprentissage social, selon lesquelles les jeunes prennent des décisions en fonction de leurs connaissances et de leurs attitudes, qui sont influencées par ceux qu'ils côtoient. La plupart des programmes examinés ciblaient le niveau de prévention primaire, c'est-à-dire la communauté (p. ex. les équipes sportives), alors que les programmes de dépistage, consultation et counseling ciblaient le niveau secondaire. Bon nombre des programmes ciblaient les jeunes fréquentant l'école (un auditoire « captif ») et pouvaient commencer au primaire. Il a été démontré que ce ciblage est avantageux, car il est plus facile d'influencer les jeunes pendant les périodes de développement clés. Les programmes s'assuraient d'offrir une sensibilisation efficace à la consommation de substances, ainsi que des options de rechange, à un moment où les jeunes commençaient à former leurs attitudes et croyances (et, éventuellement, leurs comportements) par rapport à l'alcool et les drogues (Griffin et Botvin, 2010).

Certaines limites associées à cette analyse ont des implications pour l'interprétation des résultats. Il est à noter que les leçons retenues, même si elles sont prometteuses, reposaient sur un nombre restreint d'évaluations. Il est nécessaire, si on souhaite élaborer des pratiques exemplaires plus concrètes pour les programmes sportifs, de continuer à évaluer les nouveaux programmes et les programmes disponibles. Plusieurs des évaluations faisant partie de la présente analyse étaient dotées de périodes de suivi allant de quatre semaines à deux ans après l'intervention. Par conséquent, les changements de comportement issus d'une participation à ces programmes ne peuvent être considérés à court terme. En attente de données longitudinales, il n'est pas possible de



conclure que ces programmes mettent fin ou préviennent la consommation de substance de façon permanente.

Ces évaluations ont été menées dans des environnements précis, sur des populations particulières et dans des contextes variables (p. ex. type de sport, lois locales, facteurs de mise en œuvre, etc.), ce qui signifie que les constatations pourraient ne pas être applicables à l'ensemble des administrations et des programmes. Il se peut que l'analyse environnementale n'ait pas recensé tous les programmes pertinents. Les renseignements sur certains programmes n'ont peut-être pas été évalués ou ne sont peut-être pas disponibles en ligne. De plus, il est impossible de vérifier que les programmes pertinents ont tous été soumis par les destinataires des demandes d'information. Enfin, certains des programmes figurant dans la présente analyse ne sont plus offerts et les raisons pour lesquelles ils ont été discontinués n'étaient pas disponibles au moment de l'analyse.

Bien que les résultats des recherches sur le rôle du sport dans la consommation de substances chez les jeunes sont variables, les données probantes pour l'utilisation de l'environnement sportif comme mécanisme de déploiement d'efforts de prévention de la consommation de substances sont encourageantes, pourvu qu'ils s'appuient sur des données probantes et soient adaptés au public cible. Comme ont conclu Elliot et coll. (2004), les équipes sportives représentent un véhicule naturel efficace pour les programmes sexospécifiques entre pairs de promotion de modes de vie sains et pour dissuader les comportements nocifs pour la santé comme la consommation de substances. Le sujet de la consommation de substances est sans doute encore plus pertinent pour les étudiants athlètes que pour les jeunes en général en raison de l'importance accordée à la santé physique dans le sport et la compétition. Les valeurs que préconise le sport, jumelées à l'environnement d'équipe où les athlètes sont responsables de leur performance, font du sport un domaine prometteur pour la sensibilisation à la consommation de substances, pour le recensement des enjeux liés à la consommation de substances et pour la modification des comportements relatifs à la consommation malsaine de substances.

Il sera utile de mener d'autres recherches pour mieux comprendre le lien entre la pratique sportive et la consommation de substances chez les jeunes afin de mieux déterminer comment les programmes sportifs peuvent servir à prévenir les comportements malsains comme la consommation de substances chez les jeunes. Il sera nécessaire de mener d'autres recherches et de procéder à l'évaluation d'autres programmes pour valider les constatations préliminaires de la littérature de recherche. Les spécialistes en prévention de la consommation de substances devraient collaborer avec les praticiens et les professionnels du sport qui transigent avec les jeunes afin de s'assurer que les programmes de prévention axés sur les sports s'appuient sur des données probantes et reposent sur des constructions théoriques appropriées. En théorie, ces programmes devraient offrir des moyens appropriés sans préjugés pour composer avec les questions de consommation de substances, ainsi que des occasions positives permettant aux jeunes de travailler leur développement personnel, notamment par l'éducation, la santé et les autres domaines de développement (Crabbe, 2000). Les constatations de cette analyse peuvent aussi permettre de s'assurer que les efforts de recherche déployés pour l'élaboration de programmes sportifs abordant la consommation de substances ne soient pas dédoublés d'un secteur à l'autre. Cette analyse est destinée à contribuer à la conceptualisation de programmes sportifs durables, fondés sur des données probantes et des évaluations solides, misant sur l'environnement sportif pour encourager les jeunes à adopter des modes de vie sains exempts de consommation de substances.



Références

- Advocates for Youth. *Peer programs: looking at the evidence of effectiveness, a literature review*. Washington, D.C. : Advocates for Youth, (s.d.). Extrait du site www.advocatesforyouth.org/publications/publications-a-z/1856-peer-programs-looking-at-the-evidence-of-effectiveness-a-literature-review.
- Ajzen, I. The theory of planned behavior. Dans P. Van Lange, A. Kruglanski, A. et E. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology: volume one* (p.438–454). Londres, Angleterre, Sage 2012.
- American College Health Association. *National college health assessment II: Canadian reference group data report*. Hanover, MD, American College Health Association, 2013.
- American College of Sports Medicine. *Position stand on the use of anabolic-androgenic steroids in sports*. Indianapolis, IN : American College of Sports Medicine, 1987. Extrait du site journals.lww.com/acsm-msse/Citation/1987/10000/Position_Stand_on_The_Use_of_Anabolic_Androgenic.23.aspx.
- Ary, D.V., E. Tildesley, H. Hops et J. Andrews. « The influence of parent, siblings, and peer modeling and attitudes on adolescent use of alcohol », *International Journal of Addiction*, vol. 28, n° 9, 1993, p. 853–880.
- Bandura, A. *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977.
- Bandura, A. *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986.
- Berkowitz, A.D. « From reactive to proactive prevention: promoting an ecology of health on campus », Dans P.C. Rivers et E.R. Shore (Eds.), *Substance abuse on campus : a handbook for college and university personnel*, p. 119–139, 1997. Westport, Connecticut: Greenwood Press.
- Bloch, S.A. et S. Ungerleider. « Targeting high-risk groups on campus for drug and alcohol prevention: an examination and assessment », *International Journal of Addictions*, vol. 23, n° 3, 1988, p. 299–319.
- Botvin, G.J. « Preventing drug abuse in schools: social and competence enhancement approaches targeting individual-level etiological factors », *Addictive Behaviors*, vol. 25, n° 6, 2000, p. 887–897.
- Burns, W.D. « Alcohol and community: rethinking privilege », *Educational Record*, vol. 70, 1989, p. 54–58.
- Centre canadien pour l'éthique dans le sport. *Succeed clean year 1 (2012–2013): program report*. Ottawa (Ont.), 2013, Centre canadien pour l'éthique dans le sport. Extrait du site cces.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/cces-succeedcleanprogram-overview.pdf.
- Centre canadien de lutte contre les toxicomanies. *Stronger together: Canadian standards for community-based youth substance abuse prevention*. Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2010. Extrait du site www.ccsa.ca/Resource%20Library/2010_CCSA_Community-based_Standards_en.pdf.
- Centre canadien de lutte contre les toxicomanies. *Strengthening our skills: Canadian guidelines for youth substance abuse prevention family skills program*. Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte



contre les toxicomanies, 2011. Extrait du site www.ccsa.ca/Resource%20Library/2010_CCSA_Family_skill-based_Guidelines_en.pdf.

Centre canadien de lutte contre les toxicomanies. *Compétences pour les intervenants en prévention de la consommation de substances chez les jeunes*, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2015. Extrait du site www.ccsa.ca/Resource%20Library/CCSA-Prevention-Workforce-Competencies-Report-2015-fr.pdf.

Association canadienne de crosse. *CLA's online anti-doping education program*. Ottawa (Ont.), Association canadienne de crosse, 2016. Extrait du site www.lacrosse.ca/view/cla/canadian-anti-doping-program-4/clas-education-program.

Carey, K.B., L.A.J. Scott-Sheldon, M.P. Carey et K.S. DeMartini. « Individual-level interventions to reduce college student drinking: a meta-analytic review », *Addictive Behaviors*, vol. 32, n° 11, 2007, p. 2469–2494.

Collingwood, T.R., J. Sunderlin et H.W. Kohl, 3^e. « The use of a staff training model for implementing fitness programming to prevent substance abuse with at-risk youth », *American Journal of Health Promotion*, vol. 9, n° 1, 1994, p. 20–3, 33.

Collingwood, T.R., J. Sunderlin, R. Reynolds et H.W. Kohl, 3^e. « Physical training as a substance abuse prevention intervention for youth », *Journal of Drug Education*, vol. 30, n° 4, 2000, p. 435–451.

Corrigan, J.T. RISAS leads statewide training for varsity athletes against substance abuse. *North Kingstown Patch*. Extrait le 25 avril 2011 du site patch.com/rhode-island/northkingstown/arisas-leads-statewide-training-for-varsity-athlet23cc5fd5bf.

Crabbe, T. « A sporting chance?: using sport to tackle drug use and crime », *Drugs : Education, Prevention and Policy*, vol. 7, n° 4, 2000, p. 381–391.

Cuijpers, P. « Three decades of drug prevention research », *Drugs : Education, Prevention and Policy*, vol. 10, n° 1, 2003, p. 7–20.

Darker, C.D., J. Ivers, A. O'Farrell, R. Dolan, N. Eldin et S. Allwright. « A qualitative study of the perceived impact of a community mobilisation intervention to reduce alcohol consumption among amateur sportsmen », *Irish Journal of Psychological Medicine*, vol. 30, n° 1, 2013, p. 57–66.

Darmody, D.L. et B. Ehrich. « Snuffing it out: a smokeless tobacco intervention with athletes at a small private college », *Journal of American College Health*, vol. 43, n° 1, 1994, p. 27–30.

Doumas, D.M., T. Haustveit et K.M. Coll. « Reducing heavy drinking among first year intercollegiate athletes: a randomized controlled trial of web-based normative feedback », *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 22, n° 3, 2010, 247–261.

Elliot, D. et L. Goldberg. « Intervention and prevention of steroid use in adolescents », *American Journal of Sports Medicine*, vol. 24, n° 6 Suppl, 1996, S46–S47.

Elliot, D., L. Goldberg, E. Moe, C. DeFrancesco, M. Durham et H. Hix-Small. « Preventing substance use and disordered eating: initial outcomes of the ATHENA (Athletes Targeting Healthy Exercise and Nutrition Alternatives) program », *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, vol. 158, n° 11, 2004, p. 1043–1049.

Fritz, M.S., D.P. MacKinnon, J. Williams, L. Goldberg, E.L. Moe et D.L. Elliot. « Analysis of baseline by treatment interactions in a drug prevention and health promotion program for high school male athletes », *Addictive Behaviour*, vol. 30, n° 5, 2005, p. 1001–1005.



- Gansky, S.A., J.A. Ellison, D. Rudy, N. Bergert, M.A. Letendre, L. Nelson,... M. Walsh. « Cluster-randomized controlled trial of an athletic trainer-directed spit (smokeless) tobacco intervention for collegiate baseball athletes: results after 1 year », *Journal of Athletic Training*, vol. 40, n° 2, 2005, p. 76–87.
- Goldberg, L., R. Bents, E. Bosworth, L. Trevisan et D. Elliot. « Anabolic steroid education and adolescents: do scare tactics work? *Pediatrics*, vol. 87, n° 3, 1991, p. 283–286.
- Goldberg, L., E. Bosworth, R. Bents et L. Trevisan. « Effect of an anabolic steroid education program on knowledge and attitudes of high school football players », *Journal of Adolescent Health Care*, vol. 11, n° 3, 1990, p. 210–214.
- Goldberg, L., D. Elliot, G. Clarke, D. MacKinnon, E. Moe, L. Zoref,... A. Lapin. « Effects of a multidimensional anabolic steroid prevention intervention. The Adolescents Training and Learning to Avoid Steroids (ATLAS) program », *Journal of the American Medical Association*, vol. 276, n° 19, 1996a, p. 1555–1562.
- Goldberg, L., D. Elliot, G. Clarke, D. MacKinnon, L. Zoref, E. Moe,... S. Wolf. « The Adolescents Training and Learning to Avoid Steroids (ATLAS) prevention program », *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, vol. 150, n° 7, 1996b, p. 713–721.
- Goldberg, L., D. Elliot, D. MacKinnon, E. Moe, K.S. Kuehl, L. Nohre et C.M. Lockwood. « Drug testing athletes to prevent substance abuse: Background and pilot study results of the SATURN (Student Athlete Testing Using Random Notification) study », *Journal of Adolescent Health*, vol. 32, n° 1, 2003, p. 16–25.
- Goldberg, L., D. Elliot, D. MacKinnon, E. Moe, K.S. Kuehl, M. Yoon,... J. Williams. « Outcomes of a prospective trial of student-athlete drug testing: the Student Athlete Testing Using Random Notification (SATURN) study », *Journal of Adolescent Health*, vol. 41, n° 5, 2007, p. 421–429.
- Griffin, K.W. et G.J. Botvin. « Evidence-based interventions for preventing substance use disorders in adolescents », *Child & Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, vol. 19, n° 3, 2010, p. 505–526.
- Grossman, S.J., J. Gieck, A. Freedman et W.L. Fang. « The Athletic Prevention Programming and Leadership (APPLE) model: developing substance abuse prevention programs », *Journal of Athletic Training*, vol. 28, n° 2, 1993, p. 137–144.
- Grossman, S.J. et E.B. Smiley. « APPLE : Description and evaluation of a substance abuse education and prevention program for collegiate athletics », *Journal of Primary Prevention*, vol. 20, n° 1, 1999, p. 51–59.
- Halldorsson, V., T. Thorlindsson et I.D. Sigfusdottir. « Adolescent sport participation and alcohol use: The importance of sport organization and wider social context », *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 49, n° 3-4, 2014, p. 311–330.
- Hanson, J.M. « Equipping athletes to make informed decisions about performance-enhancing drug use: a constructivist perspective from educational psychology », *Sport in Society*, vol. 12, n° 3, 2009, p. 394–410.
- Holt N.L. (Ed.). *Positive youth development through sport*. London, England, 2008, Routledge.
- Janz, N.K. et M.H. Becker. « The Health Belief Model: a decade later », *Health Education Quarterly*, vol. 11, n° 1, 1984, p. 1–47.



- Jones, S.E., J. Oeltmann, T.W. Wilson, N.D. Brener et C.V. Hill. « Binge drinking among undergraduate college students in the United States: implications for other substance use », *Journal of American College Health*, vol. 50, n° 1 2001, p. 33–43.
- Kingsland, M., L. Wolfenden, J. Tindall, B. Rowland, M. Sidey, P. McElduff et J.H. Wiggers. « Improving the implementation of responsible alcohol management practices by community sporting clubs: a randomised controlled trial », *Drug and Alcohol Review*, vol. 34, n° 4, 2015, p. 447–457.
- Klepp, K.I., A. Halper et C.L. Perry. « The efficacy of peer leaders in drug abuse prevention », *Journal of School Health*, vol. 56, n° 9, 1986, p. 407–411.
- Kypri, K., J.B. Saunders et S.J. Gallagher. « Acceptability of various brief intervention approaches for hazardous drinking among university students », *Alcohol and Alcoholism*, vol. 38, n° 6, 2003, p. 626–628.
- Larimer, M.E. et J.M. Counce. « Identification, prevention, and treatment: A review of individual-focused strategies to reduce problematic alcohol consumption by college students », *Journal of Studies on Alcohol, Supplement*, vol. 14 Suppl, 2002, p. 148–163.
- Larimer, M.E. et J.M. Counce. « Identification, prevention, and treatment revisited: individual-focused college drinking prevention strategies 1999–2006 », *Addictive Behaviors*, vol. 32, n° 11, 2007, p. 2439–2468.
- Leyton, M. et S. Stewart (Eds.). *Toxicomanie au Canada : Voies menant aux troubles liés aux substances dans l'enfance et l'adolescence*. Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2014.
- Lisha, N.E. et S. Sussman. « Relationship of high school and college sports participation with alcohol, tobacco, and illicit drug use: a review », *Addictive Behaviors*, vol. 35, n° 5, 2010, p. 399–407.
- MacKinnon, D., L. Goldberg, G. Clarke, D.L. Elliot, J. Cheong, ...J.L. Krull. « Mediating mechanisms in a program to reduce intentions to use anabolic steroids and improve exercise self-efficacy and dietary behavior », *Prevention Science*, vol. 2, n° 1, 2001, p. 15–28.
- Manitoba High Schools Athletic Association. *Champions cross mentoring program*. Winnipeg, Man. : Manitoba High Schools Athletic Association, s.d.. Extrait du site www.mhsaa.ca/about/page-id-231/Champions-Cross-Mentoring-Program/.
- Martin, H. et D. Thrasher. « Chemical dependency and treatment of the professional athlete », Dans G. Lawson et A.W. Lawson (Eds.), *Alcoholism and substance abuse in special populations* (p. 315–339). Rockville, MD: Aspen Publishers 1989.
- Massey, R.F. et L.W. Neidigh. « Evaluating and improving the functioning of a peer-based alcohol abuse prevention organization », *Journal of Alcohol and Drug Education*, vol. 35, n° 2, 1990, p. 24–35.
- Mayberry, M.L., D.L. Espelage et B. Koenig. « Multilevel modeling of direct effects and interactions of peers, parents, school, and community influences on adolescent substance use », *Journal of Youth and Adolescence*, vol. 38, n° 8, 2009, p. 1038–1049.
- McAlaney, J., S. Helmer, C. Stock, E. Vriesacker, G. Van Hal, R. Dempsey, ... R. Mikolajczyk. « Personal and perceived peer use of and attitudes toward alcohol among university and college students in seven EU Countries: Project SNIPE », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 76, n° 3, 2015, p. 430–438.



- Miller, T. et D. Hendrie. *Substance abuse prevention dollars and cents: a cost-benefit analysis* (Pub. No. SMA 07-4298). Rockville, MD: Center for Substance Abuse Prevention, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2008. Extrait du site www.samhsa.gov/sites/default/files/cost-benefits-prevention.pdf.
- Moore, M.J. et C.E. Werch. « Sport and physical activity participation and substance use among adolescents », *Journal of Adolescent Health*, vol. 36, n° 6, 2005, p. 486–493.
- Moore, M.L. et C.E. Werch. « Efficacy of a brief alcohol consumption reintervention for adolescents », *Substance Use and Misuse*, vol. 44, n° 7, 2009, p. 1009–1020.
- National Institute on Drug Abuse. *Preventing drug use among children and adolescents: a research-based guide for parents, educators, and community leaders*. Bethesda, MD, National Institute on Drug Abuse, 2003. Extrait du site www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse_2.pdf.
- National Institute on Drug Abuse. *Can physical activity and exercise prevent drug use: promoting a full range of science to inform prevention*. Bethesda, MD, National Institute on Drug Abuse, 2008. Extrait du site archives.drugabuse.gov/meetings/exercise/.
- Perkins, H.W. et D.W. Craig. « A successful social norms campaign to reduce alcohol misuse among college student-athletes », *Journal of Studies on Alcohol*, vol. 67, n° 6, 2006, p. 880–889.
- Sécurité publique Canada. Courts sommaires – Projets de prévention de l’abus de substances – Colombie-Britannique, 2015a. Extrait du site www.publicsafety.gc.ca/cnt/rsrscs/pblctns/sbstnc-bs-prvntn-bc/index-fr.aspx.
- Public Safety Canada. Courts sommaires – Projets de prévention de l’abus de substances – Québec, 2015b. Extrait du site www.publicsafety.gc.ca/cnt/rsrscs/pblctns/sbstnc-bs-prvntn-qbc/index-fr.aspx.
- Ranby, K.W., L.S. Aiken, D. MacKinnon, D. Elliot, E.L. Moe, W. McGinnis et L. Goldberg. « A mediation analysis of the ATHENA intervention for female athletes: prevention of athletic-enhancing substance use and unhealthy weight loss behaviors », *Journal of Pediatric Psychology*, vol. 34, n° 10, 2009, p. 1069–1083.
- Rogers, E.M. *Diffusion of innovations*. New York, NY, Free Press, 1983.
- San Diego State University Research Foundation. *Alcohol eCHECKUP TO GO for universities & colleges*. San Diego, CA : San Diego State University Research Foundation, 2009. Extrait du site www.echeckuptogo.com/can/programmes/coll_alcohol.php.
- Saunders, J.B., K. Kypri, S.T. Walters, R.G. Laforge et M.E. Larimer. « Approaches to brief intervention for hazardous drinking in young people », *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, vol. 28, 2004, p. 322–329.
- Sehwan, K., S.D. Coletti, C.C. Crutchfield, C. Williams et N. Helper. « Benefit-cost analysis of drug abuse prevention programs: a macroscopic approach », *Journal of Drug Education*, vol. 25, n° 2, 1995, p. 111–127.
- Social Innovation Research Group. *Succeed clean student survey results 2013*. Waterloo (Ont.), Université Wilfrid Laurier, 2013. Extrait du site kitchener.ctvnews.ca/polopoly_fs/1.1522694!/httpFile/file.pdf.



- Solutions Research Group. *Massive competition in pursuit of the \$5.7 billion Canadian youth sports market*, 10 juin 2014. Extrait du site www.srgnet.com/2014/06/10/massive-competition-in-pursuit-of-the-5-7-billion-canadian-youth-sports-market/.
- Statistique Canada. *Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues : Sommaire des résultats pour 2013*. Ottawa (Ont.) Statistique Canada, 2015. Extrait du site healthycanadians.gc.ca/science-research-sciences-recherches/data-donnees/ctads-ectad/summary-sommaire-2013-fra.php.
- Steyl, T. et J. Phillips. « Actual and perceived substance use of health science students at a university in the Western Cape, South Africa », *African Health Sciences*, vol. 11, n° 3, 2011, p. 329–333.
- Sztainert, T. *Sports participation and substance use in Canada : Analysis of the effects of sport type, self-esteem and peer use*. Étude non publiée commandée par le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2015
- Terry-McElrath, Y.M., P.M. O'Malley et L.D. Johnston. « Exercise and substance use among American youth, 1991–2009 », *American Journal of Prevention Medicine*, vol. 40, n° 5, 2011, p. 530–540.
- Thombs, D.L. et M.J. Hamilton. « Effects of a social norm feedback campaign on the drinking norms and behavior of Division I student-athletes », *Journal of Drug Education*, vol. 32, n° 3, 2002, p. 227–244.
- Thombs, D.L., B.J. Wolcott et L.G.E. Farkash. « Social context, perceived norms and drinking behavior in young people », *Journal of Substance Abuse*, vol. 9, 1997, p. 257–267.
- Trenhaile, J., H. Choi, T.B. Proctor et P. Work. « The effect of anabolic steroid education on knowledge and attitudes of at-risk preadolescents », *Journal of Alcohol and Drug Education*, vol. 43, n° 2, 1998, p. 20–35.
- Tuckman, B.W. « Developmental sequence in small groups », *Psychological Bulletin*, vol. 63, n° 6, 1965, p. 384–389.
- Tuckman, B.W. et M.A.C. Jensen. « Stages of small group development revisited », *Group & Organization Management*, vol. 2, 1977, p. 419–427.
- Tye, J., K. Warner et S. Glantz. « Tobacco advertising and consumption: evidence of a causal relationship », *Journal of Public Health Policy*, vol. 8, 1987, p. 492–507.
- Urban Native Youth Association. *Sports & recreation*. Vancouver, C.-B., Urban Native Youth Association (s.d.). Extrait du site www.unya.bc.ca/programs/sports-rec-program.
- Université Vanderbilt. *Substance abuse program*. Nashville, TN, Université Vanderbilt, 2005. Extrait du site www.vanderbilt.edu/champs/substanceabuse.pdf.
- Villani, S. « Impact of media on children and adolescents: a 10-year review of the research », *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol. 40, 2001, p. 392–401.
- Walsh, M., J.F. Hilton, J.A. Ellison, L. Gee, M. Chesney, S. Tomar et V. Ernster. « Spit (smokeless) tobacco intervention for high school athletes: results after 1 year », *Addictive Behaviors*, vol. 28, n° 6, 2003, p. 1095–1113.
- Walsh, M., J.F. Hilton, C.M. Masouredis, L. Gee, M. Chesney et V. Ernster. « Smokeless tobacco cessation intervention for college athletes: results after 1 year », *American Journal of Public Health*, vol. 89, n° 2, 1999, p. 228–234.



- Washington State University. *Substance abuse prevention program*. Seattle, WA, Washington State University, s.d. Extrait du site www.athletics.wsu.edu/ARC/Handbook/07_08/SEC3/Abuse.pdf.
- Werch, C. « The Behavior-Image Model: a paradigm for integrating prevention and health promotion in brief interventions », *Health Education Research*, vol. 22, n° 5, 2007, p. 677–690.
- Werch, C., M. Moore, C.C. DiClemente, R. Bledsoe et E. Jobli. « A multihealth behavior intervention integrating physical activity and substance use prevention for adolescents », *Prevention Science*, vol. 6, n° 3, 2005, p. 213–226.
- Werch, C., M. Moore, C.C. DiClemente, D.M. Owen, E. Jobli, E. et R. Bledsoe. « A sport-based intervention for preventing alcohol use and promoting physical activity among adolescents », *Journal of School Health*, vol. 73, n° 10, 2003, p. 380–388.
- Western Connecticut State University. *NCAA — supporter of winning choices*. Danbury, CT, Western Connecticut State University, s.d.. Extrait du site www.wcsu.edu/CHOICES/pages/winningncaa.htm.
- Wundersitz, L.N., T.P. Hutchinson et J.E. Woolley. *Best practice in road safety mass media campaigns: a literature review*. Adélaïde, Australie, Centre for Automotive Safety Research, 2010. Extrait du site casr.adelaide.edu.au/publications/list/?id=1165.



Annexe A

Demande d'information

June 2015

Dear Colleagues,

One of the main research objectives for CCSA's Youth Sport and Substance Abuse priority is to conduct an environmental scan of youth sport programs that address the prevention of substance use or abuse. We need **your help to identify** programs that aim to decrease substance use or have a drug education component targeted at youth aged 10 to 24 through the use of sport. The program can be located anywhere in the world but information needs to be available in French or English. Preference will be given to programs generalizable to the Canadian setting. In an effort to build on existing work and refrain from duplicating research, please **also identify** any existing scans or summaries of this nature. All suggestions are greatly appreciated.

The environmental scan will be circulated widely, once complete.

Please send your information via email to Anna McKiernan at amckiernan@ccsa.ca and join the Canadian Sport and Youth Substance Abuse Prevention (CSYSAP) Network on LinkedIn to see what others are sharing.

New to the CSYSAP Network? Email youth-jeunes@ccsa.ca to be added to the distribution list.

Many thanks for your suggestions and we look forward to hearing from you,

Rhonda Boudreau
CSYSAP Network Coordinator
Knowledge Broker, Canadian Centre on Substance Abuse

Juin 2015

Madame, Monsieur,

L'un des principaux objectifs de recherche visés par la priorité Sport et abus de substances chez les jeunes du CCLT est la réalisation d'une analyse contextuelle des programmes sportifs jeunesse qui abordent aussi la question de la consommation ou de l'abus de substances. Nous avons **besoin de votre aide** pour recenser les programmes visant à réduire la consommation des 10 à 24 ans ou à les sensibiliser à la drogue par l'entremise d'activités sportives. Les programmes peuvent être offerts partout dans le monde entier, mais l'information doit être disponible en français ou en anglais. Nous accordons aussi une préférence aux programmes applicables au contexte canadien. Ajoutons que nous aimerions tirer parti du travail déjà fait et éviter le dédoublement des efforts, alors nous vous



invitons à **nous informer** de toute analyse ou de tout résumé du genre que vous connaissez. Les suggestions sont les bienvenues.

Une fois prête, l'analyse contextuelle sera communiquée à de nombreux intervenants.

Veuillez faire parvenir l'information à Anna McKiernan à amckiernan@ccsa.ca et rejoindre le Réseau sur le sport et la prévention de la toxicomanie chez les jeunes au Canada sur LinkedIn pour voir les contributions d'autres membres.

Vous découvrez le Réseau? Veuillez écrire à youth-jeunes@ccsa.ca si vous désirez faire partie de la liste de distribution.

Un grand merci pour vos suggestions, et au plaisir d'avoir de vos nouvelles.

Rhonda Boudreau
Coordonnatrice du Réseau
Courtière du savoir, Centre canadien de lutte contre les toxicomanies

Follow us on Twitter [@CCSAcanada](https://twitter.com/CCSAcanada) / Suivez-nous sur Twitter [@CCLTcanada](https://twitter.com/CCLTcanada)
[SUBSCRIBE](#) to your choice of e-newsletters | [ABONNEZ-VOUS](#) à nos bulletins électroniques

The Canadian Centre on Substance Abuse changes lives by bringing people and knowledge together to reduce the harm of alcohol and other drugs on society. We partner with public, private and non-governmental organizations to improve the health and safety of Canadians.

Le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies transforme des vies en mobilisant les gens et les connaissances afin de réduire les méfaits de l'alcool et des drogues sur la société. En partenariat avec des organismes publics et privés et des organisations non gouvernementales, il travaille à améliorer la santé et la sécurité des Canadiens.

Canadian Centre on Substance Abuse | Centre canadien de lutte contre les toxicomanies
500-75 rue Albert Street, Ottawa ON K1P 5E7
Tel / Tél. : 613-235-4048 | Fax / Téléc. : 613-235-8101
Email / Courriel : info@ccsa.ca | Website / site Web : www.ccsa.ca / www.cclt.ca

If you wish to stop receiving these news updates, please email info@ccsa.ca with 'unsubscribe' in the subject line.
Si vous ne souhaitez plus recevoir ces courriels d'information, veuillez écrire à info@ccsa.ca en inscrivant « désabonnement » en objet.



Affichage LinkedIn

Sport-related youth programs that address drug use / Programmes sportifs jeunesse qui abordent la consommation de drogue

Request for your input! I am gathering information on youth sport programs that address drug use and would greatly appreciate your help. Please send along any information on sport programs for youth that:

- include information or education on alcohol, tobacco or other drugs (e.g., street drugs, the abuse of prescription drugs, or appearance and/or performance enhancing drugs)
- aim to prevent or delay drug use or reduce the harms associated with drug use
- focus on young people aged 10 to 24
- are located in Canada or elsewhere in the world.

This information will feed into a summary of sport-related youth programs that address drug use. When finished, the summary will be published and freely available.

We don't want to duplicate efforts or reinvent the wheel, so please let me know if similar summaries exist.

Thank you for your help!

Ceci est une demande d'aide! Je réunis actuellement de l'information sur les programmes sportifs jeunesse qui abordent la consommation de drogue et j'aurais besoin de votre aide. Si vous connaissez de tels programmes, je vous prierais de me faire parvenir tout renseignement pertinent sur ces points :

- Information ou éducation sur l'usage d'alcool, de tabac ou d'autres drogues (p. ex. drogues de la rue, abus de médicaments d'ordonnance, ou drogues visant à rehausser l'apparence et la performance);
- Prévention ou retardement de la consommation de drogue ou réduction des méfaits qui y sont associés;
- Accent mis sur les jeunes âgés de 10 à 24 ans;
- Programmes situés au Canada ou à l'étranger.

Ces renseignements seront inclus dans un résumé sur les programmes sportifs jeunesse qui abordent la consommation de drogue. Quand il sera prêt, ce résumé sera rendu public et facilement accessible.

Cela dit, nous ne voulons pas travailler en double ou réinventer la roue, alors veuillez m'aviser si de tels résumés existent déjà.

Merci de votre aide!



Annexe B

Stratégies de recherche

PubMed

(((((("Alcohol Drinking/prevention and control"[Mesh]) OR "Harm Reduction"[Mesh]) OR "Alcoholic Intoxication/prevention and control"[Mesh]) OR "Doping in Sports/prevention and control"[Mesh]) OR "Substance-Related Disorders/prevention and control"[Mesh])) AND "Sports"[Mesh])

((((alcohol[Title]) OR drug*[Title]) OR steroid*[Title])) AND sports[Title])

PsycNet

((((IndexTermsFilt:("Alcohol Abuse") OR IndexTermsFilt:("Alcohol Drinking Patterns") OR IndexTermsFilt:("Alcohol Intoxication") OR IndexTermsFilt:("Alcohol Rehabilitation") OR IndexTermsFilt:("Alcoholism") OR IndexTermsFilt:("Binge Drinking") OR IndexTermsFilt:("Driving Under the Influence") OR IndexTermsFilt:("Drug Abuse Prevention") OR IndexTermsFilt:("Drug Education") OR IndexTermsFilt:("Harm Reduction") OR IndexTermsFilt:("Performance Enhancing Drugs") OR IndexTermsFilt:("Social Drinking") OR IndexTermsFilt:("Steroids")))) AND ((IndexTermsFilt:("Athletes") OR IndexTermsFilt:("Baseball") OR IndexTermsFilt:("Basketball") OR IndexTermsFilt:("Clubs (Social Organizations)") OR IndexTermsFilt:("College Athletes") OR IndexTermsFilt:("Football") OR IndexTermsFilt:("Judo") OR IndexTermsFilt:("Martial Arts") OR IndexTermsFilt:("Physical Fitness") OR IndexTermsFilt:("Soccer") OR IndexTermsFilt:("Sports") OR IndexTermsFilt:("Swimming") OR IndexTermsFilt:("Tennis") OR IndexTermsFilt:("Weightlifting")))) OR ((Title:(sport*) OR Title:(athlete*)) AND (Title:(alcohol) OR Title:(drug*) OR Title:(steroid*))) AND Peer-Reviewed Journals Only

Littérature grise

National Registry of Evidence-based Programs and Practices

Sports, sport, performance enhancing, athlete, athletes, steroids, physical activity

Promising Practices Network (numérisation de la section sur l'abus de substances)

CAMH's Google Custom

Sports, athletes

Google

sports "substance abuse" program

athletes "substance abuse" program



Annexe C

Théories de programme

Théorie de l'apprentissage social et Théorie cognitive de l'apprentissage social

La Théorie de l'apprentissage social (Bandura, 1977) s'appuie sur la notion selon laquelle le comportement des particuliers est influencé par l'environnement social, y compris les frères et sœurs, la famille et les pairs (Ary, Tildesley, Hops, et Andrews, 1993). Dans le cas d'un adolescent dans un environnement sportif, il ou elle pourrait être exposé aux comportements d'abus de substances par les autres membres de son équipe, par d'autres athlètes qu'il fréquente ou par ses entraîneurs. Les observations des proches permettent à l'individu d'acquérir une connaissance des drogues et des normes relatives à leur consommation. Cette connaissance peut pousser l'adolescent à commencer à consommer des substances, selon celles et ceux qui l'influencent (MacKinnon et coll., 2001). La Théorie cognitive de l'apprentissage social maintient qu'il est aussi important que la personne sache comment se comporter, qu'elle ou il est capable d'adopter un comportement donné et que s'il adopte ce comportement, elle ou il obtiendra le résultat souhaité (Bandura, 1986).

Avec le soutien de la Théorie de l'apprentissage social, les programmes peuvent tenter de modifier les normes relatives à la consommation de drogues et ainsi sensibiliser les jeunes à la désapprobation d'autrui en mettant à profit les entraîneurs et éducateurs de pairs pour influencer les participants (MacKinnon et coll., 2001).

Théorie du comportement planifié

La Théorie du comportement planifié stipule que les comportements reposent sur l'intention ou la décision d'agir des particuliers. Ces décisions sont prises en fonction de l'attitude de la personne à l'égard du comportement, attitude établie en fonction de sa perception des normes entourant le comportement, de son estimation des conséquences associées au comportement, principalement des personnes qui lui sont importantes, et du contrôle sociétal exercé sur ce comportement particulier (Ajzen, 2012). En d'autres mots, les jeunes prennent des décisions concernant la consommation de drogues en fonction de ce qu'ils considèrent être les attitudes de ceux qu'ils côtoient, notamment leurs amis, et des sanctions éventuelles associées au comportement que pourraient leur imposer les personnes qui leur sont importantes, comme leurs entraîneurs ou leurs parents, et les structures sociales, comme la police.

À l'aide de cette théorie, un programme pourrait tenter de modifier les normes perçues d'un adolescent de la consommation de substances et les conséquences estimatives de cette consommation pour influencer ses décisions en matière de consommation de substances.

Modèle de croyance à la santé

Cette théorie postule que le fait de décider de se comporter d'une certaine façon repose sur la prédisposition et la gravité perçues des effets de ce comportement (Janz et Becker, 1984). Selon ce modèle, les adolescents s'abstiennent de comportements malsains s'ils estiment que leur prédisposition à une conséquence négative de ce comportement est élevée et que les effets du comportement sont négatifs. Pour ce qui est de la consommation de drogues chez les jeunes, les jeunes athlètes pourraient s'abstenir de consommer des substances s'ils croient que leur corps serait vraisemblablement endommagé par la consommation et que la gravité de ces dommages



changerait grandement leur état de santé. Idéalement, une option de rechange en matière de santé comportant un certain avantage serait offerte.

The program would also include a key alternate behaviour to drug use that youth could partake in to replace drug use.

Tout programme de prévention reposant sur cette théorie viserait à accroître l'information sur les méfaits de la consommation de drogues sur la santé pour convaincre les jeunes athlètes qu'ils sont réellement susceptibles à ces méfaits et que ceux-ci pourraient avoir une incidence délétère considérable sur leur performance physique. Le programme comprendrait aussi un comportement clé de rechange susceptible de remplacer la consommation de drogue.

Théorie des normes sociales

La Théorie des normes sociales prétend que le comportement d'une personne repose sur sa perception des attitudes et des comportements de ses pairs. Ces perceptions sont souvent tendancieuses et surestiment en général la proportion des pairs qui adoptent des comportements à risque comme la consommation de drogues ou d'alcool. En raison de cette surestimation, une personne pourrait tenter de se conformer à ces fausses normes en adoptant des comportements à risque dans le but d'être acceptée. Cela signifie que la surestimation d'un adolescent de la fréquence de consommation d'alcool ou de drogues de ses pairs le met à risque de consommer des substances (Berkowitz, 1997; Thombs, Wolcott et Farkash, 1997).

Selon cette théorie, les programmes de prévention par normalisation sociale visent à dissiper les idées fausses relatives à la consommation de substances des pairs en sensibilisant les jeunes à l'aide de statistiques réelles sur les niveaux de consommation, qui sont souvent bien moins élevés que ce que présument les jeunes. Ces programmes visent à réduire la consommation de drogues en démontrant aux jeunes qu'elle n'est pas aussi courante qu'ils le pensent.

Diffusion des innovations

Cette théorie met beaucoup d'importance sur les « leaders d'opinion » d'une population. Elle prétend qu'ils représentent les fondements des normes et comportements du groupe et que lorsque leurs comportements changent, ceux du groupe en font autant. Par exemple, le capitaine et les capitaines adjoints d'une équipe sportive pourraient être considérés comme les leaders d'opinion en fonction desquels leurs coéquipiers modélisent leurs comportements.

Les programmes de prévention, en particulier ceux qui sont axés sur les sports, peuvent tenter de mettre ces positions d'autorité à profit dans un environnement sportif en les utilisant pour véhiculer les comportements appropriés au sein du groupe. Par exemple, un leader d'équipe pourrait agir à titre de pair leader du programme de prévention et appuyer ouvertement des comportements positifs en matière de santé comme l'abstention de consommation de substances et parler des avantages de cette abstinence en matière de santé (Rogers, 1983).

Modèle intégratif image-comportement

Ce modèle jumelle la prévention des comportements à risque à la promotion des habitudes saines. Il accorde beaucoup d'importance aux influences personnelles et sociales positives en tant que motivateurs clés de développement de la santé. Werch, qui a élaboré la théorie, déclare que « les adolescents risquent de percevoir les interventions qui ne font qu'aborder les comportements à risque, comme la consommation de substances, comme étant plus négatives et moins intéressantes que celles qui ciblent les comportements favorisant la santé. On risque donc de manquer d'intérêt pour ces interventions et donc de participants. Il faut alors des modèles pour élaborer des



interventions rapides intégrant la promotion de la santé et les messages de prévention visant à rehausser le développement des jeunes et à atteindre les objectifs fondamentaux des adolescents » (2007, p. 678). Il est donc important de promouvoir l'abstinence d'un comportement à risque, mais aussi de proposer un comportement ou un point de vue positif en tandem.

Cette théorie est pertinente à l'utilisation du sport comme moyen de prévenir des comportements à risque. Les programmes qui préconisent des options saines comme l'activité physique, une alimentation saine et d'autres comportements sains peuvent proposer la performance sportive comme motif clé pour s'abstenir de consommer des substances ou limiter cette consommation. Par exemple, on pourrait dire aux jeunes que l'alcool limitera leur performance dans un jeu sportif et les encourager manger des repas nutritifs.

Théorie du constructivisme

Cette théorie repose sur le concept selon lequel on appréhende les connaissances à l'aide de constructions personnelles fondées sur les expériences personnelles de chacun. En d'autres termes, les individus comprennent les concepts non pas en fonction de leur fonds de données probantes, mais plutôt en fonction de leurs expériences personnelles. Le constructivisme appuie les concepts d'apprentissage individuels par un engagement avec des problèmes pertinents, c'est-à-dire que la connaissance découle d'expériences enrichissantes, mais exactes.

Un programme fondé sur la Théorie du constructivisme mettrait à profit les conceptions actuelles des participants et fournirait d'autres expériences appropriées et les outils nécessaires pour les interpréter de façon appropriée. Le fait d'utiliser des athlètes adolescents à titre d'exemple permettrait à un programme de présenter des scénarios où on offre aux athlètes des drogues visant à rehausser l'apparence et la performance et où ceux-ci seraient tenus de décider de la réponse appropriée. Un tel exercice permettrait aux administrateurs de programme d'offrir une orientation et une rétroaction sur la meilleure approche à adopter dans une telle situation (Hanson, 2009).