



## Programmes sportifs pour jeunes qui abordent la consommation de substances

En 2015, le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies a réalisé une analyse environnementale des programmes sportifs pour jeunes qui abordent aussi la consommation de substances. Les intervenants avaient recensé le besoin d'examiner la place du sport dans le domaine de la prévention de consommation de substances chez les jeunes. Le public ciblé par cette analyse se composait de praticiens travaillant auprès des jeunes ou dans le sport et souhaitant 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. Le présent document offre un bref résumé du rapport complet issu de cette analyse environnementale.

### Quels sont les objectifs de cette analyse?

Les objectifs de l'analyse environnementale des programmes sportifs pour jeunes qui abordent la consommation de substances sont les suivants :

- Recenser l'ensemble des programmes sportifs nord-américains pour jeunes comprenant une composante sur la consommation de substances;
- Déterminer si ces programmes réduisent la consommation de substances chez les jeunes (de 10 à 24 ans);
- Résumer et disséminer les composantes de programmes de prévention considérées comme étant efficaces, selon les données de recherche, pour aider les concepteurs de programmes à élaborer ou utiliser des programmes sportifs ou communautaires pour réduire la consommation de substances chez les jeunes.

### Pourquoi est-ce important?

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. Compte tenu de ce taux de participation, les programmes sportifs pourraient servir à prévenir et réduire la consommation de substances chez les jeunes.

Nous ne connaissons pas exactement la nature de l'interaction entre la consommation de substances et le sport. Certaines recherches montrent que la participation à une activité sportive peut diminuer la consommation de certaines drogues, comme la marijuana. D'autres encore indiquent que le fait de s'adonner à un sport organisé peut donner lieu à une augmentation de la consommation d'alcool. Plusieurs facteurs, dont le type de sport, l'expérience du sport et la présence d'un entraîneur, ont une influence. Aucune recherche sur l'effet du sport sur la consommation de drogues chez les jeunes Canadiens n'a encore été effectuée.



## Les grandes constatations de l'analyse

Il a été démontré que certains programmes sportifs sont efficaces pour réduire la consommation de drogues. Les résultats de l'analyse mettent en évidence les programmes qui s'appuient sur des pratiques factuelles et qui comprennent les considérations essentielles à l'élaboration de programmes futurs en fonction des évaluations de programmes recensées par l'analyse. Ces évaluations suggèrent que les programmes sportifs qui possèdent les caractéristiques suivantes sont plus susceptibles d'être efficaces à réduire la consommation de drogues et d'alcool chez les jeunes :

- comprennent une composante entre pairs;
- comprennent une composante d'équipe, qui ne fait généralement pas partie d'autres environnements;
- comprennent un entraîneur ou parent dans l'administration du programme;
- offrent aux jeunes une option de rechange réalisable aux comportements à risque;
- comprennent des campagnes, des affiches et des publicités adaptées aux jeunes et visant à corriger leurs perceptions des normes sociales;
- ciblent les comportements malsains au niveau de la communauté;
- offrent des mesures de dépistage, de rétroaction et de counseling pour aider les jeunes à modifier leur comportement;
- ciblent un sous-groupe précis de jeunes (p. ex. membres d'équipes sportives).

Le tableau ci-dessous indique lesquels des programmes évalués comprennent les aspects considérés comme étant efficaces pour réduire la consommation de substances.

	Entre pairs	Composante d'équipe	Participation d'un entraîneur/parent	Alternative à un comportement à risque	Correction de la perception des normes sociales	Niveau communautaire	Dépistage et counseling	Cible un sous-groupe
Athletes Targeting Healthy Exercise and Nutrition Alternatives								
Athletes Training and Learning to Avoid Steroids								
Anabolic Steroid Education Intervention								
Steroid and Nutrition Education Program								
eCHECK UP TO GO web-based intervention								
Campus-wide education on student drinking norms								
Smokeless Tobacco Cessation Intervention								
Student Athlete Testing Using Random Notification								
Project Sport								
First Choice Physical Fitness Program								
Multilevel Community-based Intervention								
Athletic Prevention, Programming and Leadership Education								



## Limites

Les leçons retenues de l'analyse environnementale des programmes sportifs pour jeunes, même si elles étaient prometteuses, s'appuyaient sur l'évaluation d'un nombre restreint de programmes. L'élaboration de pratiques exemplaires plus concrètes pour les programmes sportifs qui abordent la consommation de substances nécessiterait l'évaluation d'autres programmes, soient-ils nouveaux ou actuels.

Il se peut que l'analyse environnementale n'ait pas recensé tous les programmes pertinents. Les données sur certains programmes ne sont peut-être pas évaluées ou même présentées en ligne. De plus, il est impossible de vérifier que l'information sur tous les programmes pertinents a été soumise par les personnes à qui la demande d'information a été présentée.

Les programmes ont été évalués dans certains environnements, pour certaines populations et dans divers contextes (p. ex., type de sport, facteurs de mise en œuvre). Ces particularités pourraient faire en sorte que les constatations ne s'appliquent pas à l'ensemble des programmes.

Certains des programmes faisant partie de l'analyse environnementale ne sont plus offerts. La raison pour laquelle ces programmes ont cessé d'être offerts n'était pas disponible au moment de l'analyse.

## Pour en savoir plus

- Consultez le rapport technique complet de l'analyse environnementale ainsi que d'autres rapports du CCLT sur la page Web [Sport et prévention de la toxicomanie chez les jeunes](#).
- Joignez-vous au Réseau sur le sport et la prévention de la toxicomanie chez les jeunes du Canada en écrivant à l'adresse [youth-jeunes@ccsa.ca](mailto:youth-jeunes@ccsa.ca) afin d'être ajouté à la liste d'envoi.
- Joignez-vous à la conversation et à [notre groupe](#) sur LinkedIn et Twitter pour contribuer à créer une société plus saine, exempte des méfaits de la consommation de substances, en suivant @CCLTCanada.

