



# Notes d'allocution d'Amy Porath, Ph.D. Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances

## Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie, étude du projet de loi C-45, Loi sur le cannabis au Canada

*Ottawa, Ontario, 16 avril 2018*

### Introduction

Bonjour à vous, M. le président, et aux membres du comité. Je m'appelle Amy Porath et je suis directrice de la recherche au Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS). Créé en 1988, le CCDUS est le seul organisme du Canada titulaire d'un mandat législatif national visant à réduire les méfaits liés à l'alcool et aux autres drogues sur la société canadienne.

Nous vous remercions de nous donner l'occasion aujourd'hui de parler du projet de loi C-45. Le cannabis est un domaine prioritaire du CCDUS depuis 2008. Nous avons publié plusieurs études sur le sujet et nous intéressons, avec des partenaires nationaux et internationaux, aux répercussions du cannabis sur la santé et la société, à la drogue au volant et aux options réglementaires. Nous avons donc une expertise confirmée dans le dossier.

Je tâcherai d'être brève, car je sais que mon temps est limité. Ma présentation portera sur les effets du cannabis non médical sur la santé et sur l'importance des campagnes factuelles d'information du public. Si le comité le désire, le CCDUS pourrait aborder d'autres aspects du projet de loi à une date ultérieure.

### Effets sur la santé

Les jeunes Canadiens ont un des taux les plus élevés d'usage de cannabis dans le monde et, malgré une diminution de l'usage ces dernières années, le cannabis demeure la substance illégale la plus couramment consommée par les Canadiens de 15 à 24 ans.

Ces jeunes adultes sont plus de deux fois plus susceptibles d'avoir pris du cannabis dans la dernière année que les adultes de 25 ans et plus. De plus, les jeunes risquent davantage de subir des méfaits liés au cannabis, car l'adolescence est une période marquée par un développement rapide du cerveau. Plus un jeune commence à prendre du cannabis tôt, plus



son niveau de risque associé à la consommation augmente, tout comme la fréquence de consommation et la quantité prise. Retarder le début de la consommation de cannabis, en diminuer la fréquence et prendre de plus petites quantités d'un cannabis moins puissant – voilà des éléments qui viennent réduire ce risque.

La recherche a montré que le cannabis nuit à des fonctions cognitives comme la durée d'attention, l'apprentissage et la prise de décisions. L'usage chronique ou régulier est associé à des atteintes légères de la mémoire, de l'attention et d'autres fonctions cognitives. Ajoutons que nous ne savons pas avec certitude dans quelle mesure ces effets sont réversibles après l'arrêt de la consommation.

Des données cohérentes indiquent que le cannabis nuit aussi à la capacité de conduire un véhicule en toute sécurité. En fait, il fait doubler le risque d'accident, et ce risque est encore plus élevé lorsque le cannabis est consommé avec de l'alcool, même en petites quantités.

En ce qui a trait à la santé mentale, des données cohérentes montrent que la consommation régulière à l'adolescence est associée à un risque accru de symptômes psychotiques ou de schizophrénie, particulièrement en cas d'antécédents familiaux. Si les plus récentes recherches indiquent qu'il existe un lien entre l'usage chronique de cannabis et d'autres troubles de santé mentale, comme la dépression, l'anxiété et les comportements suicidaires, il faut procéder à d'autres études pour mieux comprendre la nature de ce lien.

Nous savons aussi qu'une consommation prolongée, fréquente et forte de cannabis peut engendrer une dépendance physique et la dépendance. Les jeunes sont particulièrement vulnérables, car leur cerveau est encore en développement. On estime qu'environ 1 consommateur de cannabis sur 11 (9 %) développera une dépendance; ce taux passe à 1 sur 6 (17 %) chez ceux qui commencent à consommer à l'adolescence et peut atteindre 1 sur 2 chez ceux qui prennent du cannabis tous les jours ou presque.

Nous en savons certes beaucoup sur les effets du cannabis non médical sur la santé, mais nos connaissances présentent de grandes lacunes, d'où la nécessité de procéder à des investissements durables dans la recherche, en particulier sur les effets chez les jeunes. C'est pourquoi l'investissement de 10 millions de dollars du gouvernement du Canada prévu dans le budget de 2018 arrive à point nommé, compte tenu de la légalisation à venir. Il permettra au CCDUS d'étudier davantage les répercussions de l'usage de cannabis.

### **Importance de la sensibilisation**

Je tiens aussi à souligner l'importance d'aborder la sensibilisation et la prévention selon une démarche factuelle complète qui permettra de fournir aux Canadiens, et surtout aux jeunes, les connaissances et les compétences nécessaires pour prendre des décisions éclairées concernant l'usage de cannabis.

Une telle démarche ferait notamment appel à des programmes scolaires et parascolaires, des ressources pour les parents, les familles et les communautés, et des médias payants et non payants, et chercherait à informer le public sur le cannabis pour arriver aux meilleurs résultats. Cela dit, des investissements durables devraient aussi être faits, et il faudrait mener des activités de suivi et d'évaluation pour s'assurer que la démarche produit l'effet souhaité.



À titre d'organisme axé sur la recherche, le CCDUS a organisé des groupes de discussion avec de jeunes Canadiens pour en apprendre plus sur la façon dont ils perçoivent le cannabis et sa consommation. Ce qu'ils nous ont dit, c'est qu'ils veulent des renseignements sur le cannabis qui sont axés sur des faits, et non sur la peur. Par exemple, ils veulent savoir exactement comment l'usage de cannabis pourrait nuire à leur capacité de conduire un véhicule et à quel niveau de consommation. Ils aimeraient aussi en savoir plus sur les stratégies de réduction des méfaits qui existent, pour pouvoir atténuer les risques associés au cannabis s'ils décident d'en prendre. Donc, pour avoir des retombées positives, les activités de sensibilisation et de prévention devraient tenir compte de ces commentaires des jeunes Canadiens.

Les jeunes Canadiens voudraient aussi se renseigner sur le cannabis auprès de sources fiables et crédibles. Ces sources variaient selon l'âge et pouvaient inclure les parents et les éducateurs, mais aussi, ce qui est peut-être le plus important, leurs pairs. Pour bien renseigner les jeunes, il faudra former les alliés des jeunes (p. ex. les enseignants, les conseillers, les intervenants jeunesse et les professionnels de la santé) et leur fournir des ressources et des messages uniformes, pour les aider à amorcer la discussion. En ce moment, le CCDUS participe activement à la création d'une ressource de ce genre; il s'agit d'un guide de communication sur le cannabis qui sera rendu public dans les mois à venir.

Mentionnons aussi que, pour aider les jeunes à prendre des décisions éclairées, il faudra livrer des messages ciblés sur les risques que pose l'usage de cannabis à risque élevé, messages qui aborderont notamment les effets de l'usage fréquent ou fort, l'usage à un jeune âge ou en combinaison avec d'autres substances et l'usage chez les jeunes ayant des troubles de santé mentale et chez les jeunes femmes enceintes.

## Conclusion

En terminant, je tiens à souligner que, pour assurer le succès de la réglementation du cannabis non médical, il importe d'investir de façon durable dans les activités de recherche, de sensibilisation et de prévention.

Je tiens à remercier le comité de m'avoir permis de prendre la parole ici aujourd'hui. C'est avec plaisir que je répondrai à vos questions.

© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2018



Centre canadien sur  
les dépendances et  
l'usage de substances

Le CCDUS a été créé par le Parlement afin de fournir un leadership national pour aborder la consommation de substances au Canada. À titre d'organisme digne de confiance, il offre des conseils aux décideurs partout au pays en profitant du pouvoir des recherches, en cultivant les connaissances et en rassemblant divers points de vue.

Les activités et les produits du CCDUS sont réalisés grâce à la contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées par le CCDUS ne reflètent pas nécessairement celles du gouvernement du Canada.