



Canadian Centre on Substance Abuse
Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies

En partenariat avec



University
of Victoria

Centre for Addictions
Research of BC

Alcool et caféine : risques accrus pour les jeunes et les jeunes adultes

Contexte

Que sont les boissons alcoolisées caféinées?

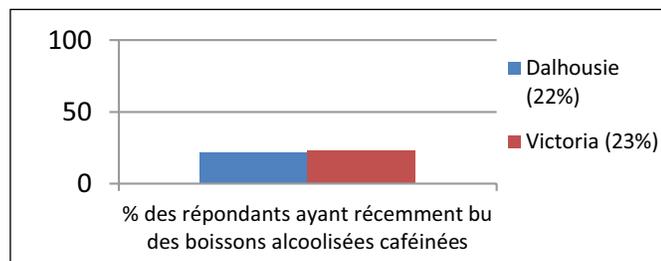
Les boissons alcoolisées caféinées allient à la fois alcool et caféine et prennent le plus souvent la forme de boissons énergisantes.

Elles sont :

- ★ prémélangées par le fabricant et vendues dans les magasins de vins et spiritueux et les établissements qui détiennent un permis d'alcool;
- ★ mélangées par les consommateurs eux-mêmes.

Selon des données limitées, on estime qu'environ un étudiant universitaire sur quatre avait consommé des boissons alcoolisées caféinées au cours des 30 jours précédents^{1,2}, soit près du double du taux signalé par les jeunes adultes dans l'ensemble de la population lors d'une vaste enquête nationale³, ce qui semble indiquer que la consommation de ces boissons est plus répandue chez les jeunes adultes fréquentant un établissement postsecondaire.

Consommateurs sur deux campus canadiens^{1,2}



Enjeu

Les jeunes et les jeunes adultes risquent davantage de subir des méfaits des boissons alcoolisées caféinées, car leur taux de consommation est quatre fois supérieur à celui du grand public³. Les jeunes universitaires :

- ★ préfèrent les boissons qu'ils mélangent eux-mêmes aux boissons prémélangées, ce qui augmente leur risque d'effets secondaires dangereux, car une boisson mélangée par le consommateur contient généralement plus de caféine et d'alcool que les produits prémélangés;
- ★ boivent plus de boissons alcoolisées caféinées que les autres jeunes adultes.

Par rapport à ceux qui boivent de l'alcool seulement, les jeunes et les jeunes adultes qui consomment des boissons alcoolisées caféinées sont plus susceptibles :

- ★ de commettre une agression sexuelle ou d'en être victimes;
- ★ de prendre la route avec un conducteur en état d'ébriété ou de conduire eux-mêmes avec les facultés affaiblies;
- ★ de se blesser et d'avoir besoin de soins médicaux;
- ★ de boire plus d'alcool sans se rendre compte qu'ils sont ivres, puisque la caféine les tient éveillés plus longtemps.

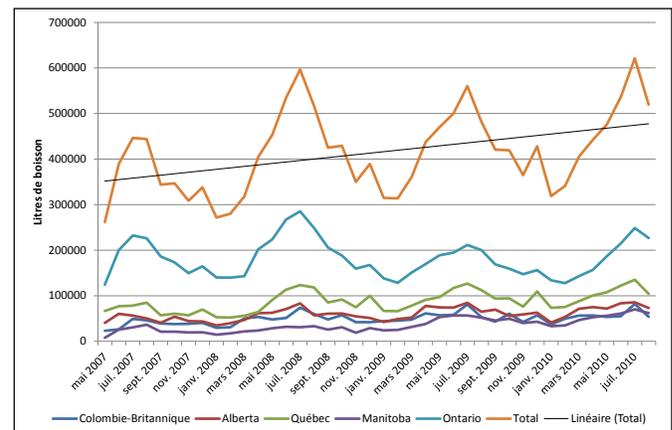
Situation actuelle au Canada

La consommation de boissons alcoolisées caféinées

Les boissons énergisantes non alcoolisées sont arrivées sur le marché canadien en 1997, et les boissons alcoolisées caféinées prémélangées, elles, en 2000. Depuis, les ventes des boissons prémélangées sont en hausse; la commercialisation de nouveaux produits et une demande croissante pour les produits existants ont alimenté cette tendance. Le niveau de consommation varie selon la province ou le territoire.

Ventes de boissons alcoolisées caféinées prémélangées dans les provinces où l'offre de produits est demeurée stable

(C.-B., Alb., Man., Qué., Ont.; mai 2007 à août 2010)



Sources : Régies des alcools provinciales; les auteurs conservent les données sur les ventes dans leurs dossiers.

La situation politique

De nombreux gouvernements et organismes professionnels de la santé, dont Santé Canada, l'Association médicale canadienne, HealthLink BC et la Collaboration atlantique pour la prévention des blessures, s'inquiètent de la hausse de la consommation de boissons énergisantes et de boissons alcoolisées caféinées.

Plusieurs politiques portent d'ailleurs sur la question :

- ★ En 2009, la Régie des alcools de l'Ontario (LCBO) a entrepris un examen indépendant sur la question des boissons alcoolisées caféinées et a imposé une limite de 30 mg de caféine par portion pour tous les produits alcoolisés vendus en Ontario. Depuis, la Société des alcools de la Nouvelle-Écosse a suivi l'exemple de la LCBO.
- ★ Au début 2010, Santé Canada a publié une directive officielle stipulant que seule la caféine de source naturelle (p. ex. café, cacao, guarana) peut être ajoutée aux boissons alcoolisées vendues au Canada.
- ★ À la fin 2011, Santé Canada a publié son approche de gestion proposée pour les boissons énergisantes caféinées; elle recommande notamment d'interdire la vente de toutes les boissons alcoolisées caféinées prémélangées.

Que faire d'autre?

Il faut se doter d'une approche multidimensionnelle coordonnée qui cible différents secteurs, de façon à diminuer le risque et les méfaits potentiels liés aux boissons alcoolisées caféinées, en particulier chez les jeunes et les jeunes adultes. Les recommandations qui suivent sont tirées du rapport de Brache, Stockwell et Thomas, *La consommation de boissons alcoolisées caféinées au Canada : prévalence, risques et recommandations en matière de politiques*, 2012.

Décideurs

Prix

- ★ Augmenter le prix des boissons alcoolisées caféinées prémélangées pour qu'il reflète leur potentiel de risque élevé par rapport aux boissons énergisantes ordinaires et aux boissons alcoolisées non caféinées.

Étiquetage

- ★ Exiger d'apposer des étiquettes sur les boissons alcoolisées caféinées prémélangées au Canada pour indiquer leur teneur en caféine et en alcool.
- ★ Exiger d'apposer une mise en garde énonçant les risques associés au mélange de caféine et d'alcool sur les étiquettes de toutes les boissons alcoolisées caféinées prémélangées vendues au Canada.

Emballage et marketing

- ★ Exiger des emballages nettement distincts pour les versions alcoolisées et non alcoolisées des boissons prémélangées.

Accessibilité

- ★ Limiter la vente de boissons énergisantes ordinaires aux établissements détenant un permis d'alcool (p. ex. les bars et les boîtes de nuit) pour diminuer la consommation de boissons alcoolisées caféinées mélangées par le consommateur dans des lieux à risque élevé.
- ★ Compte tenu du risque relativement élevé que posent les boissons alcoolisées caféinées faites à la main par rapport à celles prémélangées, si Santé Canada interdit la vente des boissons prémélangées tel que proposé, il sera important d'allouer des ressources adéquates aux politiques et programmes visant à dissuader les consommateurs de mélanger alcool et boissons énergisantes.

Organismes de santé publique, fournisseurs de soins de santé et chercheurs

- ★ Réaliser ou financer des projets de recherche canadiens sur l'ampleur et l'incidence de la consommation de boissons alcoolisées caféinées.
- ★ Sensibiliser le public aux effets des boissons alcoolisées caféinées sur la santé, en particulier aux dangers des boissons mélangées par le consommateur. Concevoir des campagnes de sensibilisation ciblant les jeunes et les jeunes adultes.
- ★ Inclure des questions sur la consommation de boissons alcoolisées caféinées dans les protocoles de dépistage de l'usage nocif d'alcool, en particulier chez les jeunes et les jeunes adultes.
- ★ Analyser ou financer l'évaluation des répercussions des politiques sur le comportement d'achat et de consommation et sur la santé. Encore une fois, les jeunes devraient être au cœur de cette évaluation.

Notes

¹ Brache, K. et T. Stockwell. *Unpublished survey data on alcohol and energy drink use among college students at a western Canadian university*, 2010.

² Price, R., C. Hilchey, C. Darredeau, H. Fulton et S. Barrett. Brief communication: Energy drink co-administration is associated with increased reported alcohol ingestion, *Drug and Alcohol Review*, vol. 29(3), 2010, p. 331–333.

³ Santé Canada. *Fichier de microdonnées de l'Enquête de surveillance canadienne de la consommation d'alcool et de drogues*; analyse du Centre de recherche en toxicomanie de la C.-B., 2010.

Référence

Adaptation de Brache, K., G. Thomas et T. Stockwell. La consommation de boissons alcoolisées caféinées au Canada : prévalence, risques et recommandations en matière de politiques, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies, 2012.

