



Produits comestibles, extraits et produits topiques : fiche d'information sur les nouveaux produits du cannabis

Produits comestibles (cannabis comestible)

Les produits comestibles (cannabis comestible) sont des aliments ou boissons qui contiennent des cannabinoïdes, c.-à-d. des substances chimiques présentes dans le cannabis qui peuvent affecter le corps et l'esprit lorsqu'ils sont consommés. Le THC (tétrahydrocannabinol) est un cannabinoïde qui provoque un état d'euphorie et d'intoxication. Le CBD (cannabidiol) est un cannabinoïde non intoxicant qui pourrait avoir des bienfaits thérapeutiques; d'autres études devront toutefois être faites pour confirmer ses possibles applications médicales. Les produits comestibles se présentent sous diverses formes¹. Même si certains produits ressemblent des aliments « réguliers », ils n'en sont pas, puisqu'ils ne procurent aucune valeur nutritive. Il s'agit plutôt d'une alternative à l'inhalation et au vapotage pour consommer le cannabis.

- Certains consommateurs disent que l'effet euphorique qui accompagne l'ingestion de cannabis comestible est plus intense que celui de l'inhalation². Toute personne qui s'initie au cannabis ou au cannabis comestible devrait se renseigner sur la teneur en THC des produits et commencer avec ceux qui contiennent au plus 2,5 mg de THC par portion.
- Les effets des produits comestibles peuvent mettre jusqu'à quatre heures à se faire pleinement sentir^{3,4}. En reprendre pendant cette période pourrait entraîner une surintoxication, qui se manifeste notamment par une anxiété et une panique intenses, la nausée et des vomissements, et des symptômes de psychose (paranoïa). Il faut y aller lentement et attendre au moins quatre heures avant de prendre une autre portion.
- Les effets intoxicants peuvent durer jusqu'à 12 heures, et certains effets résiduels, jusqu'à 24 heures, ce qui veut dire que les effets pourraient encore se faire sentir le lendemain^{3,4}.
- Même si certains produits comestibles ressemblent à des aliments « réguliers », ils n'en sont pas; il y a donc risque d'ingestion accidentelle, surtout par les enfants^{5,6} et les animaux de compagnie. Il faudrait donc les entreposer de façon sécuritaire, hors de la vue et de la portée des enfants et des animaux.

Extraits de cannabis

L'expression « extraits de cannabis » fait référence à une foule de produits dont la teneur en THC et en CBD est supérieure à celle trouvée dans le plant de cannabis. À noter que la teneur en THC et en CBD des extraits peut varier considérablement : certains contiennent jusqu'à 99 % de THC, alors que d'autres contiennent principalement du CBD et peu ou pas de THC. Les extraits de cannabis peuvent être fumés, vapotés ou ingérés.

- Consommer des extraits à forte teneur en THC augmente considérablement le risque de surintoxication, surtout en cas de « dabbing »⁷.
- Le « dabbing », qui consiste à faire chauffer un extrait solide de cannabis sur une surface métallique, appelée clou, puis à inhaler les vapeurs pour des effets rapides et forts, est une méthode relativement nouvelle et risquée de vapoter des extraits puissants de plus en plus populaire, surtout auprès des jeunes⁶. Le « dabbing » est non recommandé aux personnes inexpérimentées avec le cannabis.
- Il existe un lien entre l'usage régulier d'extraits puissants de cannabis et la tolérance, le sevrage et le trouble lié à l'usage de cannabis^{8,9}.



- Toute personne qui commence à prendre du cannabis devrait éviter les produits puissants, au profit de produits à faible teneur en THC. Si le cannabis est ingéré, il est recommandé de consommer 2,5 mg de THC ou moins, et s'il est inhalé, une ou deux bouffées d'un vapoteur à 10 % de THC ou moins.

Produits topiques de cannabis

Les produits topiques sont des huiles, crèmes et lotions infusées de cannabinoïdes qui s'appliquent directement sur la peau, les cheveux ou les ongles. Comme les extraits, les produits topiques présentent des taux de THC et de CBD variables, même si les produits à base de CBD semblent de plus en plus populaires.

- Comme le CBD et d'autres substances contenues dans le cannabis auraient des propriétés anti-inflammatoires, les produits topiques servent à soulager la douleur périphérique et l'arthrite. Cela dit, l'efficacité des agents topiques de cannabis pour traiter ou soulager des problèmes de santé reste à confirmer¹⁰.
- Le risque d'intoxication et d'affaiblissement des facultés après l'application d'un produit topique infusé de cannabinoïdes serait faible, même si ce risque doit encore faire l'objet d'études approfondies.
- Les produits topiques ont plusieurs applications cosmétiques, notamment dans les produits de soin de la peau et des cheveux; on s'en sert aussi comme huiles de massage et pour le plaisir sexuel. Le marché pour ces produits semble en croissance rapide, malgré les données probantes limitées sur l'efficacité des cannabinoïdes pour ces applications.

À venir : d'autres ressources sur les produits comestibles, les extraits et les produits topiques, dont des conseils pour minimiser les risques de ces produits pour la santé et la sécurité!

Bibliographie

1. Barrus, D.G., K.L. Capogrossi, S.C. Cates, C.K. Gourdet, N.C. Peiper, S.P. Novak, ... et J.L. Wiley. *Tasty THC: Promises and challenges of cannabis edibles*, Research Triangle Park (N.C.), RTI Press, 2016.
2. Krauss, M.J., S.J. Sowles, H.E. Stelzer-Monahan, T. Bierut et P.A. Cavazos-Rehg. « "It takes longer, but when it hits you it hits you!": Videos about marijuana edibles on Youtube », *Substance Use and Misuse*, vol. 52, n° 6 (2017), p. 709-716.
3. Huestis, M.A. « Human cannabinoid pharmacokinetics », *Chemistry and Biodiversity*, vol. 4, n° 8 (2007), p. 1770-1804.
4. Grotenhermen, F. « Pharmacokinetics and pharmacodynamics of cannabinoids », *Clinical Pharmacokinetics*, vol. 42, n° 4 (2003), p. 327-360.
5. Berger, E. « Legal marijuana and pediatric exposure: Pot edibles implicated in spike in child emergency department visits », *Annals of Emergency Medicine*, vol. 64, n° 4 (2014), p. A19-A21.
6. Potera, C. « Kids and marijuana edibles: A worrisome trend emerges », *American Journal of Nursing*, vol. 115, n° 9 (2015), p. 15.
7. Alzghari, S.K., V. Fung, S.S. Rickner, L. Chacko et S.W. Fleming. « To dab or not to dab: Rising concerns regarding the toxicity of cannabis concentrates », *Cureus*, vol. 9, n° 9 (2017), p. e1676.
8. Bidwell, L.C., S.L. YorkWilliams, R.L. Mueller, A.D. Bryan et K.E. Hutchison. « Exploring cannabis concentrates on the legal market: User profiles, product strength, and health-related outcomes », *Addictive Behaviors Reports*, vol. 8 (2018), p. 102-106.
9. Loflin, M. et M. Earleywine. « A new method of cannabis ingestion: The dangers of dabs? », *Addictive Behaviors*, vol. 39, n° 10 (2014), p. 1430-1433.
10. Bruni, N., C. Della Pepa, S. Oliaro-Bosso, E. Pessione, D. Gastaldi et F. Dosio. « Cannabinoid delivery systems for pain and inflammation treatment », *Molecules*, vol. 23, n° 10 (2018), p. E2478.

ISBN: 978-1-77178-562-4

© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2019



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.