



Mémoire sur la santé des femmes au Comité permanent de la santé

Présenté au Comité permanent de la santé en octobre 2022.

Le CCDUS

Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS) est le seul organisme national titulaire d'un mandat législatif visant à réduire les méfaits de l'alcool et des autres substances sur la population canadienne. Créé par une loi du Parlement il y a près de 35 ans, le CCDUS fournit un leadership national en profitant du pouvoir des recherches, en fournissant aux décideurs des conseils éclairés par des données probantes, en cultivant les connaissances et en rassemblant divers points de vue pour galvaniser les efforts individuels et collectifs.

Appels à l'action

1. Que le CCDUS breffe le Comité permanent de la santé quant à l'adoption d'une approche fondée sur des données probantes pour la prestation de soins de santé liée à l'usage de substances dans le continuum de soins pour la santé des femmes.
2. Que le Comité permanent de la santé inclue la santé liée à l'usage de substances et la dépendance au continuum de soins pour la santé des femmes en améliorant la recherche, la sensibilisation et la prévention.
3. Que le Comité permanent de la santé accorde la priorité à la collecte de données et à la recherche sur toutes les femmes afin d'améliorer la santé des femmes, quel que soit leur sexe ou leur genre.

Contexte

Le CCDUS se réjouit de présenter un mémoire au Comité permanent de la santé, volet santé des femmes. Les notions de sexe et de genre sont essentielles à la bonne compréhension du rôle que joue l'usage de substances dans la santé humaine, le risque de maladies et affections, les recommandations cliniques et aux consommateurs et la promotion efficace de la santé.

Il est important que les praticiens et responsables des politiques tiennent systématiquement compte du sexe et du genre dans leurs approches en matière d'usage de substances, de dépendance, de promotion, de prévention, de traitement et de politiques. En effet, les répercussions de l'usage de substances sur la santé des femmes ne sont pas à négliger.

Plusieurs éléments entrent en jeu dans le sexe et le genre, et ce mémoire présente les résultats de nos recherches sur les effets des facteurs liés au sexe féminin (p. ex. gènes, hormones et enzymes, physiologie et anatomie, neurobiologie) et sur les femmes cisgenres (p. ex. identité, rôles, relations et institutions). Au Canada, l'alcool et le cannabis sont les substances psychoactives les plus



souvent consommées par la population générale et les personnes enceintes. C'est pourquoi nous présentons ici des données sur ces deux substances, pour montrer l'importance de l'usage de substances et de la dépendance dans la santé des femmes.

Enfin, le CCDUS reconnaît que l'usage de substances est un élément important dans la vie de toutes les femmes et que l'expression « santé des femmes » inclut toutes les femmes, non seulement celles qui sont cisgenres. Des données supplémentaires seront toutefois nécessaires pour pouvoir être exhaustifs¹. C'est donc dire que pour améliorer la santé de toutes les femmes au pays, il faut élargir l'accès à des données inclusives.

Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada

Les femmes sont particulièrement vulnérables aux méfaits de l'alcool en raison de facteurs liés au sexe (biologiques) et au genre (sociaux). Chez les femmes et les filles, les facteurs biologiques exacerbent les effets de l'alcool et causent plus de méfaits et une intoxication plus rapide, malgré une consommation moindre. Les facteurs sociaux, notamment les stratégies marketing ainsi que les attitudes, attentes et rôles associés à chacun des sexes, augmentent la vulnérabilité des filles et des femmes à de nombreux méfaits. Les nouvelles [Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada](#) du CCDUS proposent des conseils factuels adaptés au sexe et au genre, et abordent la santé reproductive, qui est elle aussi compromise par la consommation d'alcool.

Les premières directives canadiennes ont été publiées par le CCDUS en novembre 2011 (Butt et coll., 2011). Puis, le 29 août 2022, le CCDUS en a publié une version actualisée pour consultation publique. Les influences et facteurs liés à la consommation d'alcool touchant les femmes sont un volet important de ce travail.

Les différences psychologiques entre les hommes et les femmes n'ont pas une grande incidence sur le risque à vie de décès en lien avec l'alcool. Cela dit, les femmes sont plus vulnérables aux méfaits d'une consommation d'alcool supérieure à de faibles niveaux (deux verres standards par semaine). En effet, des facteurs biologiques entrent en jeu et exacerbent les effets de l'alcool sur le corps féminin, ce qui entraîne notamment une intoxication plus rapide, un risque plus élevé de maladie (dont le cancer du sein) et des méfaits à long terme. Les facteurs biologiques jouent sur le métabolisme de l'alcool et sont influencés par des facteurs liés au sexe, comme les enzymes, les gènes, le poids et la taille.

Partie intégrante de la santé des femmes, la santé reproductive est aussi compromise par la consommation d'alcool. Si les données concernant les conséquences de l'alcool sur la grossesse et l'accouchement sont mitigées, l'alcool reste un agent tératogène, ce qui signifie qu'il peut causer des malformations. La consommation d'alcool pendant la grossesse peut entraîner des lésions cérébrales, des anomalies congénitales, des problèmes cognitifs, des difficultés d'apprentissage, des troubles comportementaux et d'autres problèmes de santé ayant des effets permanents. Ces conséquences découlent tant de l'exposition à court terme à des niveaux de consommation élevés (plus de six verres standards par semaine) qu'un faible niveau d'exposition. C'est pourquoi, pendant la période précédant la conception et durant la grossesse, il est préférable de s'abstenir de boire.

¹ Par exemple, dans son rapport *Le sexe, le genre et l'alcool*, le CCDUS n'a recensé aucune revue systématique portant spécifiquement sur l'alcool et l'identité de genre. Toutefois, plusieurs études indiquent que le genre influence potentiellement la consommation d'alcool chez les jeunes qui s'identifient comme transgenres, comme pour ce qui est du lien entre la consommation et les comportements sexuels à risque, et le développement identitaire au collège et à l'université (Emslie et coll., 2017; Hotton et coll., 2013, Tupler et coll., 2017).



L'alcool a aussi parfois une incidence néfaste sur l'allaitement, car il peut entraîner une baisse de la production de lait, un arrêt précoce de l'allaitement et une perturbation du cycle de sommeil du nourrisson. L'alcool pouvant passer dans le lait maternel, le nourrisson allaité, incapable de le métaboliser, pourrait y être exposé. Il est donc préférable de s'abstenir de boire pendant l'allaitement.

Le sexe, le genre et l'alcool

Le CCDUS a commandé un rapport, [Le sexe, le genre et l'alcool : directives de consommation à faible risque : notions importantes pour les femmes](#) (Greaves et coll., 2022), qui s'adresse aux praticiens, responsables des politiques et scientifiques du domaine de l'usage de substances qui préparent des politiques ou des études sur l'alcool. Les auteures se penchent sur le rôle des facteurs liés au sexe et au genre dans les effets de la consommation d'alcool, plus particulièrement pour les femmes et leur santé. Le rapport s'intéresse aussi aux données sur le sexe, le genre et la santé reproductive, et comment elles aident à comprendre le rôle de l'alcool dans la fertilité, la grossesse et l'allaitement.

Quels grands constats de ce rapport :

- Le sexe et le genre influencent la consommation d'alcool et ses effets, dont ceux sur la santé.
- Des facteurs liés au sexe accentuent les effets de l'alcool sur le corps des femmes, qui subissent plus de méfaits en consommant des quantités moindres.
- Des facteurs liés au genre contribuent aux effets négatifs de la consommation d'alcool, surtout pour les femmes, p. ex. les auteurs d'agressions sexuelles ciblent souvent une personne qui a bu de l'alcool ou est ivre.
- Les interactions entre le sexe, le genre et d'autres facteurs comme les traumatismes et la pauvreté rendent la dépendance à l'alcool et le rétablissement plus difficiles chez les femmes.
- Les femmes doivent savoir que l'alcool peut avoir chez elles des complications physiques plus graves que chez les hommes.
- Les praticiens doivent savoir que les facteurs biologiques et sociaux influant sur la consommation d'alcool ont des effets différents sur les femmes, les hommes et les personnes d'identités de genre diverses, et qu'ils doivent adapter leur approche en conséquence (Greaves et coll., 2022, p. 1).

Consommer du cannabis pendant la grossesse et l'allaitement

De plus en plus de données montrent que le cannabis pourrait nuire à plusieurs sphères de la vie des personnes touchées, comme la santé mentale et physique et le développement avant et après la naissance des enfants. Dans son rapport [Dissiper la fumée entourant le cannabis : usage de cannabis pendant la grossesse et l'allaitement](#), le CCDUS examine les effets de l'exposition prénatale, comme l'issue de la grossesse, les processus neurodéveloppementaux, et le comportement et la santé mentale des enfants (Renard et Konefal, 2022). Il s'agit d'un volet important de la santé des femmes et des personnes qui peuvent tomber enceintes; cela dit, la



science à ce sujet est en à ses débuts et doit être vulgarisée pour mieux renseigner les personnes enceintes ou qui allaitent.

Quelques grands constats de ce rapport :

- Les composés du cannabis peuvent passer à travers le placenta et nuire au développement du fœtus. L'usage fréquent de cannabis pendant la grossesse est associé à un faible poids à la naissance et est l'un des facteurs de risque liés à d'autres issues défavorables de la grossesse.
- Les effets se font aussi sentir sur le comportement des enfants et des jeunes adultes : troubles de l'attention, troubles émotionnels, hyperactivité et impulsivité, troubles du sommeil et risque accru d'usage de substances.
- Des composés du cannabis peuvent passer dans le lait à la lactation, et l'enfant peut les absorber et les métaboliser.
- Les effets de la consommation de cannabidiol (CBD) pendant la grossesse ou l'allaitement demeurent inconnus. Des études cliniques et précliniques sont grandement nécessaires pour évaluer l'innocuité de la consommation de CBD pendant la grossesse.
- Le jeune âge, la polyconsommation, un faible statut socioéconomique et des antécédents de troubles de santé mentale étaient des facteurs associés à l'usage de cannabis pendant la grossesse. L'usage concomitant de tabac, d'alcool ou des deux est un facteur de risque de l'usage de cannabis chez les femmes enceintes.
- Les professionnels de la santé ont besoin d'information sur les effets du cannabis pendant la grossesse pour pouvoir conseiller leurs patients et ainsi améliorer la santé et le bien-être de ces patients et de leurs enfants.
- Les personnes enceintes ou qui allaitent devraient discuter avec leur professionnel de la santé des effets indésirables potentiels du cannabis pendant la grossesse pour les aider à mieux comprendre les risques et à prendre une décision éclairée et saine (Renard et Konefal, 2022, p. 1).

Bibliographie

Butt, P., D. Beirness, L. Gliksman, C. Paradis et T. Stockwell. *L'alcool et la santé au Canada : résumé des données probantes et directives de consommation à faible risque*, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies, 2011. <https://www.ccsa.ca/fr/lalcool-et-la-sante-au-canada-resume-des-donnees-probantes-et-directives-de-consommation-faible>

Emslie, C., J. Lennox et L. Ireland. « The role of alcohol in identity construction among LGBT people: A qualitative study », *Sociology of Health & Illness*, vol. 39, n° 8, 2017, p. 1465–1479. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12605>

Greaves, L. et N. Hemsing. « Sex and Gender Interactions on the Use and Impact of Recreational Cannabis », *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17, n° 2, 2020, p. 509. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020509>

Greaves, L., N. Poole, A.C. Brabete et L. Wolfson. *Le sexe, le genre et l'alcool : directives de consommation à faible risque : notions importantes pour les femmes*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2022.



<https://ccsa.ca/sites/default/files/2022-08/CCSA-LRDG-Sex-Gender-and-Alcohol-what-matters-for-Women-in-LRDGs-fr.pdf>

Hotton, A.L., R. Garofalo, L.M. Kuhns et A.K. Johnson. « Substance use as a mediator of the relationship between life stress and sexual risk among young transgender women », *AIDS Education & Prevention*, vol. 25, n° 1, 2013, p. 62–71.

<https://doi.org/10.1521/aeap.2013.25.1.62>

Paradis, C., P. Butt, K. Shield, N. Poole, S. Wells, T. Naimi, A. Sherk et groupes d'experts scientifiques des Directives de consommation d'alcool à faible risque. *Le projet d'actualisation des Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada : rapport final pour consultation publique*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2022.

<https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2022-08/CCSA-LRDG-Update-of-Canada%27s-LRDG-Final-report-for-public-consultation-fr.pdf>

Renard, J. et S. Konefal. *Dissiper la fumée entourant le cannabis : usage de cannabis pendant la grossesse et l'allaitement*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2022. <https://ccsa.ca/sites/default/files/2022-05/CCSA-Cannabis-Use-Pregnancy-Breastfeeding-Report-2022-fr.pdf>

Tupler, L.A., D. Zapp, W. DeJong, M. Ali, S. O'Rourke, J. Looney et H.S. Swartzwelder. « Alcohol-related blackouts, negative alcohol-related consequences, and motivations for drinking reported by newly matriculating transgender college students », *Alcoholism: Clinical & Experimental Research*, vol. 41, n° 5, 2017, p. 1012–1023. <https://doi.org/10.1111/acer.13358>

ISBN 978-1-77871-029-2

© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2022



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 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 une contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées par le CCDUS ne reflètent pas nécessairement celles du gouvernement du Canada.