

# GÉNÉRAL

## « Quelles sont les Principales Addictions en Entreprise ? »

**Vous souhaitez identifier et distinguer les addictions susceptibles de toucher votre entreprise ?**

Cette fiche constitue une bonne introduction aux conduites addictives. Elle vous présente chacune des addictions en listant leurs symptômes, leurs risques pour votre entreprise et les produits qui les caractérisent.



7'

### PREVENIR

Employeur 

Médecin 

#### Nos sources

• [EDF, Guide « Faire face à l'addiction »](#)

Addict AIDE<sub>pro</sub>  
LES ADDICTIONS EN MILIEU PROFESSIONNEL

## **Vous avez dit «addiction» ?**

**«Addiction» est un terme évoquant la dépendance qui peut être restrictif.**

**Peu de personnes reconnaissent dans ce mot leurs habitudes.**

On préférera donc le terme de «pratique addictive», qui rend mieux compte de la globalité du problème et suggère davantage l'idée d'une installation progressive.

Une pratique addictive peut menacer la sécurité des personnes et des biens de votre entreprise. Voici un petit panorama des signaux et des traces de consommation indiquant une situation à risque.



# SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

## Alcool, cannabis, cocaïne, psychotropes...

### Alcool

Malgré sa popularité pour l'euphorie désinhibitrice qu'il provoque, l'alcool est un dépresseur qui intoxique l'organisme et ralentit les fonctions cérébrales.



#### Accessoires

Bouteille, flash, cannette.



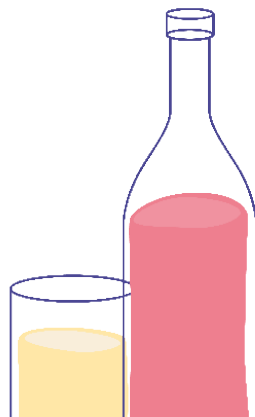
#### Symptômes

- Rougeur des yeux et du visage;
- Haleine caractéristique;
- Troubles de l'élocution et de la mémoire;
- Ralentissement de la pensée.



#### Situations à risques

- Perte de coordination (chutes et accidents lors de la conduite);
- Troubles sensoriels (amoindrissement de la capacité à surveiller et mauvaise appréciation des risques);
- Violence (conflits avec les collègues).



# Cannabis

Considéré à tort comme relativement inoffensif, le cannabis peut provoquer des angoisses désagréables à la place du bien-être recherché. Il est incompatible avec les activités exigeant de la concentration et des réactions précises.



## Produits & Accessoires

Boulettes, bâtonnets, barrettes, huile, space cake, papier, filtre, joint électronique, pipe, sachets d'herbe.



## Symptômes

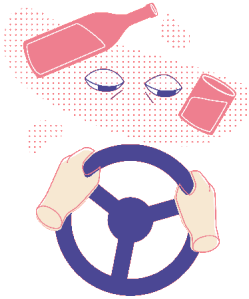
- Rougeur des yeux;
- Relâchement comportemental et vestimentaire;
- Apathie, troubles de la mémoire et difficulté de concentration;
- Maladresses répétées.



## Situations à risques

- Perte de coordination (chutes et accidents);
- Lenteur d'exécution, moindre motivation à progresser dans la carrière professionnelle ;
- Retards réitérés et absentéisme (baisse de la performance) ;
- Violence (conflits avec les collègues).





La consommation  
de cannabis multiplie par 2  
**le risque d'accident mortel,**  
**l'acool par x8,5 et**  
**le cannabis + l'alcool par x15.**

**Source** : Sécurité Routière, Etude SAM (Stupéfiants  
et Accidents mortels de la circulation routière),  
Observatoire National Interministériel de la Sécurité  
Routière - 16 octobre 2013

## Cocaïne

Sniffée, fumée, ou injectée, la cocaïne stimule le système nerveux central, entraînant une impression de lucidité accrue et de confiance en soi qui s'inverse à haute dose pour engendrer anxiété et agressivité.



### Produits & Accessoires

Poudre blanche, cristaux, paille, billet roulé, pipe à free base.



### Symptômes

- Agitation, euphorie et volubilité;
- Hyperactivité et hyperesthésie;
- Troubles de la coordination;
- Dépression et fatigue résiduelle au lendemain de la prise.



### Situations à risques

- Impression de toute puissance (mauvaise appréciation des risques);
- Idées paranoïaques et agressivité (conflits avec les collègues).

## Les stades de la pratique addict.

- 1 • **L'essai** : le sujet veut expérimenter ;
- 2 • **L'abus** : la consommation augmente de plus en plus ;
- 3 • **L'accoutumance** : le psychisme et l'organisme physique se sont habitués. Il faut augmenter la pratique.
- 4 • **La dépendance physique et psychique** : toute la vie du sujet est organisée autour de la pratique.

## Médicaments psychotropes

Somnifères, tranquillisants, antidépresseurs, neuroleptiques sont prescrits par les médecins et vendus en pharmacie. Utilisés à trop forte dose ou détournés de leur usage pour être snifés ou injectés, ils deviennent dangereux.



### Produits & Accessoires

Comprimés, gélules, et tout conditionnement pharmaceutique, seringue, paille...



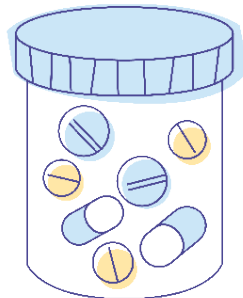
### Symptômes

- Fatigues dues à l'insomnie;
- Anxiété, dépression;
- Hyperactivité ;
- Tension;
- Troubles de la perception;
- Somnolence.



### Situations à risques

- Diminution de la vigilance (amoindrissement de la capacité à surveiller, accidents potentiels) ;
- Éventuellement, désocialisation.



## MDMA et produits dérivés

Généralement associé aux atmosphères festives, l'ecstasy jouit lui aussi d'une réputation usurpée de drogue sans danger. Euphorie ou attaques de panique (forte crise d'angoisse associée à une impression de mort imminente, qui survient brutalement), c'est selon. Les effets dépendent de l'humeur du consommateur.



### Produits & Accessoires

Comprimés, généralement colorés et frappés d'un motif.



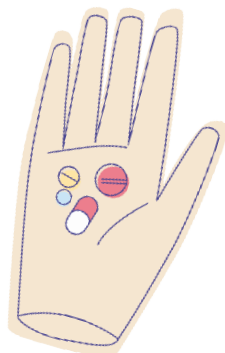
### Symptômes

- Transpiration excessive et déshydratation;
- Dilatation des pupilles;
- Agitation;
- Tics;
- Dépression et fatigue résiduelle au lendemain de la prise.



### Situations à risques

- Fatigue et diminution de la vigilance (altération du jugement, chutes et accidents);
- Retards et absentéisme (baisse de la performance);
- Désinhibition et recherche de contact.



## Solvants et produits synthétiques

Ces produits chimiques à vapeur psychotrope sont pour la plupart dérivés du pétrole et du gaz. Deux exceptions notoires : le Poppers (nitrite d'amyle) et le « gaz hilarant » (protoxyde d'azote).



### Produits & Accessoires

Liquides plus ou moins visqueux ou gaz, petites bouteilles, bonbonnes métalliques, ballons, sachets, chiffons.



### Symptômes

- Distorsions sensorielles;
- Troubles de la coordination ;
- Somnolence.



### Situations à risques

- Diminution de la vigilance (altération du jugement, chutes et accidents potentiels);
- Désinhibition et recherche de contact gênante (possibles conflits avec les collègues).

## Héroïnes et opiacés

Opiacé synthétisé à partir de la morphine extraite du pavot, l'héroïne est un dépresseur du système nerveux central qui entraîne une rapide dépendance en «leurrant» le cerveau qui diminue alors, puis cesse la production d'endorphines. Ce processus, qui entraîne les symptômes de manque, est responsable de l'accoutumance et de la dépendance physique.



### Produits & Accessoires

Poudre allant du blanc au brun foncé, conditionnée en paquet ou boulette, seringue, paille, billet roulé, tube.



### Symptômes

- Rougeur des yeux;
- Renflements ou nez qui coule;
- Retrait et apparence négligée;
- Humeur instable;
- Apathie.



### Situations à risques

- Somnolence (diminution de la vigilance, incapacité à surveiller)
- Retards et absentéisme (baisse de la performance),
- Désocialisation (difficultés relationnelles).



# Amphétamines

Psychostimulants et anorexigènes, ils sont le plus souvent consommés lors de sorties, en période d'examen, de compétition sportive ou d'intense activité professionnelle. Comme l'ecstasy, leurs effets dépendent de l'humeur qu'ils amplifient.



## Produits & Accessoires

Fine poudre blanche, comprimés.



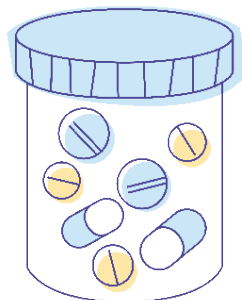
## Symptômes

- Transpiration excessive et déshydratation;
- Dilatation des pupilles;
- Agitation;
- Tics;
- Dépression et fatigue résiduelle au lendemain de la prise.



## Situations à risques

- Fatigue et diminution de la vigilance (altération du jugement, chutes et accidents);
- Retards et absentéisme (baisse de la performance);
- Désinhibition et recherche de contact gênante (possibles conflits avec les collègues).



# COMPORTEMENTS

## Cyberdépendance, jeux, workaholisme

### Cyberaddiction

La cyberdépendance ou technodépendance se caractérise par un usage abusif, voire pathologique d'internet et des nouvelles technologies. Elle peut inclure des activités variées : la relation affective (réseaux sociaux), le shopping, les séries télé consommées en binge watching (pratique qui consiste à regarder la télévision ou tout autre écran pendant de plus longues périodes).



#### Produits & Accessoires

Difficile à repérer et plus encore à admettre dans un monde où l'utilisation de ces technologies est valorisée et considérée comme essentielle, elle se caractérise par le temps passé à utiliser les écrans.



#### Symptômes

- Migraine;
- Raideurs et douleurs musculaires;
- Sècheresse des yeux;
- Négligence du sommeil;
- Insomnie;
- Indifférence.



#### Situations à risques

- Somnolence (diminution de la vigilance, incapacité à surveiller)
- Retards et absentéisme (baisse de la performance);
- Désocialisation et comportements inappropriés (conflits possibles)
- Violence (conflits avec les collègues).

Au yeux du joueur «addict» compulsif ou pathologique l'addiction est née avec le jeu lui-même, le jeu perd de son statut d'agrément ou d'activité rentable pour éclipser tout autre intérêt.



### Produits & Accessoires

Il peut s'agir de jeux d'argent, avec un espoir de fortune rapide à la clé, ou de jeu vidéo offrant un refuge numérique immédiat pour échapper aux réalités tangibles. En rendant disponible à tout instant et en tout lieu l'accès à ces jeux — il est aujourd'hui possible d'être à la fois au travail et au casino ou sur un champ de course —, les nouvelles technologies renforcent leur emprise.



### Symptômes

- Insomnie, perte d'appétit, maux de tête;
- Dépression;
- Problèmes financiers;
- Indifférence aux proches et aux loisirs;
- Mensonges;
- Voir développement d'une addiction secondaire.



### Situations à risques

- Somnolence (diminution de la vigilance, incapacité à surveiller) ;
- Retards et absentéisme, perte d'efficacité et de fiabilité, éventuellement ;
- Démotivation (baisse de la performance);
- Sautes d'humeur (conflits possibles avec les collègues).

## Workaholisme

Le workaholisme désigne l'addiction au travail et, comme la cyberdépendance, il est difficile à caractériser.

À première vue, il est difficile de distinguer un perfectionnisme enthousiaste, guidé par une saine ambition, d'un investissement morbide dans le travail, au détriment de la vie extraprofessionnelle.

Ce phénomène complexe aurait trois causes : la culture de l'excellence; les conditions de travail (charge de travail, délais, déséquilibre, urgence, importance...); les facteurs individuels (type de personnalité, pathologie sous-jacente, évènements de vie...).



### Symptômes

- Stress, surmenage, épuisement;
- Anxiété;
- Dépression;
- Ennui pendant le repos ou les vacances.

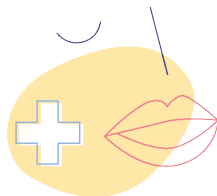


### Situations à risques

- Présentisme excessif (pression sur les collègues/collaborateurs);
- Incapacité à refuser un travail ou à le déléguer ;
- Recherche permanente de défis (mauvaise appréhension des délais, baisse de la performance).

# ILS PEUVENT VOUS AIDER

L'annuaire des acteurs compétents.



[Associations](#)



[Cabinets de conseil](#)



[Complémentaires santé](#)



[Organismes Publics](#)



[Partenaires institutionnels](#)



[Service de santé au travail](#)



[Start-up](#)



## Une question, un doute ?

Prenez rendez-vous avec votre Médecin du travail et son équipe. Ils sont là pour vous aider.

# APPROFONDISSEZ LE SUJET

Avec ces fiches complémentaires

- Comment réagir face à

- un salarié en détresse ?

-(alcool/drogues)

3'



- Alcoolisme :

- Comment aborder le sujet

-avec un collègue ?

5'



Toutes les fiches sont sur [www.addictaide.fr/pro](http://www.addictaide.fr/pro)

## UNE IDÉE DE FICHE, UN AVIS ?

On vous écoute !



Le Fonds Actions Addictions réunit tous les acteurs concernés par la lutte contre les addictions dans le but de développer des projets préventifs innovants. Le portail Addict'Aide Pro est dédié à la prévention des conduites addictives en milieu professionnel.

Tour Montparnasse • 33 avenue du Maine BP 119 • 75755 Paris Cedex 15  
[contact@actions-addictions.fr](mailto:contact@actions-addictions.fr)

Addict AIDE<sup>Pro</sup>  
LES ADDICTÉS EN MILIEU PROFESSIONNEL