



« La personne qui perd 100 000 francs au jeu est pointée du doigt on lui reproche d'être asociale, faible et flambeuse. »

Addictions comportementales. Le psychologue Renanto Poespodihardjo a longtemps travaillé dans le milieu de la dépendance à l'héroïne et aux autres drogues illégales. Depuis 2009, il dirige le service ambulatoire pour addictions comportementales des Cliniques psychiatriques universitaires de Bâle. D'abord limitée à un poste à 50 %, l'activité n'a cessé de croître et occupe aujourd'hui toute une équipe ; le service est devenu un centre de compétences. M. Poespodihardjo nous explique ce que sont les addictions comportementales, quels ravages elles peuvent causer et comment aborder la réduction des risques dans l'addiction aux jeux d'argent.

spectra : Peut-on déjà parler d'addiction dans le cas des jeunes qui jouent des heures en ligne ou qui ne lâchent plus leur téléphone portable ?

Renanto Poespodihardjo : Je dirais que oui. Particulièrement lorsque ces jeunes ne sont plus connectés à la réalité, qu'ils négligent leurs activités scolaires, professionnelles et sociales et qu'ils ne stimulent plus leurs compétences personnelles. Cet état d'esprit et ce manque de développement les privent de toute expérience dans la « vraie vie ». Nous sommes pourtant nés dans ce monde : s'il existait une matrice chargée de satisfaire tous nos besoins fondamentaux, nous pourrions décider de vivre à l'intérieur ou hors de cette matrice. On ne parlerait plus d'addiction ni de problème ; ce serait simplement un choix de vie. Mais les chercheurs n'ont pas encore réussi à établir avec certitude si la dépendance au jeu ou au portable s'entend comme une addiction au sens pathologique et classique du terme.

En quoi les addictions comportementales diffèrent-elles des addictions à l'alcool, au tabac, aux médicaments ou aux drogues ?

Première différence : si je présente une addiction comportementale, je n'ingère aucune substance psychoactive ou nuisible à mon organisme. Je ne développe pas non plus de symptômes physiques en cas de sevrage. Par contre, j'éprouve

une dépendance psychique qui se répercute sur mon bien-être et en partie sur ma capacité à gérer mon comportement. Deuxième différence : en l'absence de comorbidité liée à la prise de substances, les performances cognitives restent intactes. Cela influe sur le traitement.

Et troisième différence : la stigmatisation sociale. Aujourd'hui, on associe une consommation problématique d'alcool à une maladie. Ce qui n'est pas le cas de l'addiction aux jeux d'argent. La personne qui perd 100 000 francs au jeu est pointée du doigt : on lui reproche d'être asociale, faible et flambeuse. On retrouve cette stigmatisation jusque dans la jurisprudence.

Les acheteurs compulsifs souffrent également du fait que leur maladie n'est pas reconnue pour ce qu'elle est, c'est-à-dire un trouble psychique grave. En cherchant le terme « achats compulsifs » sur internet, on trouve des photos de femmes bien habillées, ce qui montre bien que la société ne considère pas ce phénomène comme problématique. Les achats compulsifs ne sont pas référencés dans les classifications CIM-10 ou DSM-5.¹ Pourtant, des données récentes sur la prévalence indiquent que ce type de comportement est le plus répandu parmi les addictions comportementales.

Les addictions comportementales



tales sont-elles un problème de santé publique en Suisse ?

Si on part du principe que la santé englobe le bien-être et la qualité de vie et qu'elle constitue un marqueur de la capacité à se développer, alors oui, l'addiction comportementale est un problème.

Tous les parents ont déjà discuté avec leurs enfants de l'utilisation qu'ils font des médias numériques. La multiplication des offres de formation aux médias par les prestataires privés et les services cantonaux entraîne une certaine nébulosité sur le marché, ce qui tend à être contre-productif. La plupart des utilisateurs ne savent même pas ce qu'est une addiction comportementale. Bien souvent, ces offres ne présentent pas une qualité suffisante : comment définir l'utilisation excessive d'internet, sur quels critères de qualité reposent les offres de traitement et la collaboration, quelle voie suivre pour atteindre quels objectifs ? En ce qui concerne l'utilisation d'internet, il faut davantage en parler, mieux informer et sensibiliser la société.

Les jeux d'argent posent un problème particulier qu'il faut aborder du point de vue structurel. Au niveau mondial, la Suisse est le pays qui exploite le plus de casinos par rapport au nombre d'habitants, et chaque année 3000 joueurs se voient interdire l'entrée dans ces établissements. En règle générale, les joueurs compulsifs qui ont perdu 100 000 francs au jeu ne seront jamais en mesure de rembourser leurs dettes. Le joueur assume les conséquences de son addiction. Et on sait où va l'argent, en l'occurrence dans les caisses du canton et de la Confédération...

La situation est différente pour les personnes présentant une consommation problématique d'alcool non chronique. Après traitement, le corps se remet relativement bien, pour autant que l'addiction n'ait pas causé de dommages irréversibles.

La nouvelle Stratégie nationale Addictions applique le modèle des quatre piliers aux addictions comportementales. Comment imaginer, par exemple, la réduction des risques adaptée à la dépendance aux jeux d'argent ?

En ce qui concerne le modèle des quatre piliers, développé avec succès pour la politique des dépendances, force est de constater qu'on a jusqu'ici peu réfléchi aux structures visant à réduire les risques. Sans parler de leur mise en œuvre. Selon ce modèle, il incombe à la Confédération de se pencher sur les interventions possibles avec les partenaires sociaux et de recueillir les expériences dans ce domaine. Plusieurs éléments le justifient : les quelque 3000 nouvelles personnes interdites de casinos chaque année, la consommation croissante de jeux de hasard sur internet et l'augmentation des jeux illégaux. On peut imaginer des structures similaires aux centres de traitement avec prescription d'héroïne. Mais il faudrait totalement repenser ce concept, et nous ne savons pas encore sous quelle forme le développer. Les personnes souffrant d'une dépendance chronique aux jeux d'argent recevraient un produit contrôlé permettant de réduire les risques et de les réintégrer dans la société et le monde du travail.

Y a-t-il un élément de la nouvelle stratégie Addictions que l'on continue de négliger ? Quels points de la politique suisse en matière de dépendances critiquez-vous ?

Il serait présomptueux de ma part de vouloir juger la politique suisse en matière de dépendances. Elle est citée en exemple par de nombreux pays. Mais en tant que citoyen critique, je pense qu'il est maintenant temps de mener des discussions importantes. Il suffit de regarder où la politique libérale en matière de



tabagisme nous a conduits : elle nous a coûté de nombreuses vies humaines et beaucoup d'années de travail de prévention. Partant du principe que nous cherchons tous à améliorer la qualité de vie, comme c'est maintenant le cas avec l'alimentation, nous devrions collaborer de manière constructive, transparente et critique avec les services proposant des produits et des plates-formes et nous demander comment gérer les risques en commun. L'Office fédéral de la santé publique doit absolument avoir un droit de regard sur les thèmes de santé publique. Si cela lui est impossible, il doit le faire savoir publiquement.

¹ cf. la classification internationale des maladies (CIM-10) de l'OMS (www.who.int/classifications/icd/en) et le manuel DSM-5 de l'Association américaine de psychiatrie (www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm)