



MIEUX COMPRENDRE L'ADDICTION AU TABAC

LES POINTS CLÉS À RETENIR

1. L'ADDICTION : UNE MALADIE COMPLEXE ¹

Le trouble de l'usage est défini par **11 critères** dont ne font pas partie la fréquence et la quantité. Les plus importants sont la **perte de contrôle**, le **craving** et la **poursuite de la consommation** malgré ses répercussions négatives. La pathologie peut être d'une sévérité variable, en fonction des critères remplis.

2. UN PROCESSUS PROGRESSIF

Le passage de l'usage simple (d'une substance ou d'un comportement) vers un usage problématique se produit à travers des **transformations neuro-biologiques**. Ces modifications sont liées au caractère addictif du produit et aux effets renforçants (positifs et négatifs) qu'il provoque.

3. LE CRAVING ²

C'est un **besoin irrépressible de consommer** une substance ou de répéter un comportement dont le sujet est préalablement dépendant. Il peut perdurer après l'arrêt et est prédictif des reprises de consommations.

4. CE N'EST PAS UNE QUESTION DE VOLONTÉ

L'addiction est une **maladie psychiatrique chronique**. Les modifications neurologiques, provoquées par le comportement addictif, empêchent le contrôle des consommations.

C'est pourquoi l'addiction peut nécessiter **une prise en charge multidisciplinaire** : médicale, psychologique, sociale...

5. LES CUES (OU ÉLÉMENTS DÉCLENCHEURS)³

Ce sont les facteurs qui vont **activer le désir de consommer**. Ces **stimuli** peuvent être standards et communs à la majorité des consommateurs (ex : le café) ou personnels (ex : un abribus). Ces marqueurs ont **accompagné «l'apprentissage»** de l'addiction et peuvent **favoriser la rechute**.

[1] Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM 5), 2022

[2] AURIACOMBE M. et al., « Le craving et nouvelle clinique de l'addiction : une perspective simplifiée et opérationnelle », Annales médico-psychologiques n°89 vol176, 2018

[3] CARTER BL. et al., Meta-analysis of cue-reactivity in addiction research, Addiction 94, 1999