

SANTÉ AU TRAVAIL

## Les pratiques addictives des français aggravées depuis le début du confinement

- 5,5 millions de Français consomment plus d'alcool
- 50% des Français augmentent leur temps sur les écrans
  - 27% des Français fument plus
  - 19% des Français mangent avec excès

Paris le 22 avril 2020 - Alors que des millions de Français sont confinés depuis le 17 mars, et que le Premier ministre recommandait en début de semaine de poursuivre le télétravail, GAE Conseil (cabinet spécialiste de la prévention des conduites addictives en milieux professionnels) dévoile ce matin les résultats d'un sondage exclusif ODOXA. Les conditions matérielles d'une consommation excessive de produits psychoactifs et une augmentation des pratiques addictives comportementales sont en effet réunies dans un environnement privé qui est réquisitionné pour le travail, c'est pourquoi GAE Conseil a souhaité alerter les entreprises sur la situation qui ne manquera pas d'avoir des conséquences importantes à la sortie du confinement. De la surconsommation des écrans, à celle de l'alcool en passant par la consommation d'autres produits psychoactifs (tabac, cannabis, médicaments) ou encore de nourriture, l'enquête établit un panorama complet des comportements des français en matière d'addiction. Entre inquiétude face à l'épidémie, crainte d'un avenir sombre, proximité dans les foyers, sentiment de solitude ou encore difficultés à s'occuper les français sont 5,5 millions à déclarer avoir augmenté leur consommation d'alcool, plus de 50% à augmenter leur temps d'utilisation des écrans, 27% à fumer plus et enfin

*« Dans ce contexte où le télétravail devient la règle impérative pour tous les postes de travail qui le permettent, il est urgent de rappeler aux entreprises leurs responsabilités à l'égard des télétravailleurs en matière de prévention des risques, et en particulier en matière de gestion des conduites addictives. Les entreprises doivent vraiment se mobiliser sur la question de leurs obligations de santé sécurité et de risques d'aggravation des conduites addictives de leurs salariés en télétravail sous peine d'une explosion des contentieux en sortie de confinement sans parler du gouffre financier pour la sécurité sociale »* déclare Alexis PESCHARD, addictologue et président de GAE Conseil

### Les Français boivent, mangent et fument plus

Le succès des « apéro-visio » relayé dans les médias laissait classiquement à penser que la

consommation d'alcool allait exploser durant cette période de confinement. Résultat, si en pourcentage la proportion paraît faible, le nombre de français ayant augmenté leur consommation d'alcool, est très inquiétant puisqu'ils sont 5,5 millions à boire davantage depuis le début du confinement. S'ils sont licites (sur prescription), les somnifères, anxiolytiques et antidépresseurs peuvent provoquer des addictions. Et là encore, en période de confinement, les Français ont tendance à augmenter les doses, puisqu'ils sont 22% dans ce cas. Sur le front du tabac, le confinement n'est pas non plus sans conséquence puisque 27% des fumeurs ont augmenté leur consommation. Enfin, classiquement la nourriture identifiée depuis longtemps comme manière de combler des manques, poursuit sur sa lancée avec le confinement puisque 27% des Français déclarent manger plus souvent avec excès que d'habitude.

### **Les Français surconsomment les écrans**

Assignés à résidence, les Français ont dû renoncer à leurs loisirs extérieurs et comblent le manque en surconsommant les écrans. Ainsi, 49% des Français se rendant sur les réseaux sociaux en temps normal nous confient les consulter davantage depuis un mois. Ils ne sont que 5% à s'y rendre moins qu'en temps normal, soit un solde inquiétant de +44. Les séries font aussi office de passe-temps. Bien évidemment, elles ne sont problématiques que dans certains cas : le fameux « binge watching ». Mais là encore, ce comportement explose ces dernières semaines avec 48% des Français déjà « accros » aux séries affirmant qu'ils ont, plus que d'habitude, tendance à regarder plusieurs épisodes à la suite. Enfin, les Français s'adonnent aussi massivement aux jeux-vidéo depuis un mois. 43% des « gamers » disent jouer davantage contre seulement 4% ayant diminué leur pratique. Enfin le visionnage de contenus pornographiques est plus important que d'habitude pour 19% des adeptes.

### **Solitude, inquiétude et perte de repères au 1er rang des raisons invoquées**

Au même titre que l'angoisse ou les psycho-traumatismes, l'ennui peut engendrer des pratiques addictives et le moins que l'on puisse dire, est que le confinement lui fait la part belle puisque 60% des Français justifient ainsi leurs comportements addictifs. Ils déclarent que la perte de leurs repères et habitudes (55%) explique l'augmentation de leurs comportements pendant cette période. Enfin ils sont 42% à imputer à l'inquiétude sur leur avenir professionnel à l'aggravation de leurs comportements addictifs.

### **Quels sont les acteurs plébiscités par les français ?**

Les professionnels (83%) et autorités de santé (72%) ainsi que les médias (64%) jouent leur rôle aux yeux des Français, mais c'est nettement moins le cas du gouvernement (53%) et des employeurs (49%). Concernant les employeurs les français sont 50% des actifs à indiquer que le leur n'a pas du tout agit pour lutter contre les addictions. Enfin, les assurances et mutuelles de santé sont pointées du doigt par 47% des Français qui déclarent qu'elles n'agissent pas du tout. Elles sont pourtant attendues sur le sujet puisque 71% de nos concitoyens considèrent que mettre à disposition une ligne d'écoute et des conseils spécialisés en addictologie doit faire partie de leurs missions.

### **Méthodologie de l'étude :**

L'étude « **Confinement, télétravail et comportements addictifs : le point de vue des français** » pour GAE Conseil, a été réalisée en ligne. Les interviews ont été faites du 8 au 9 avril 2020 auprès d'un échantillon de 1003 français représentatif de la population française âgés de 15 ans et plus, constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de secteurs d'activités, de nature d'employeur et de taille d'entreprises.

### **GAE Conseil, l'acteur de référence de la prévention des pratiques addictives au travail**

Fondé en 2014, GAE Conseil est un cabinet de conseil indépendant spécialiste de la prévention des pratiques addictives en milieux professionnels (produits psychoactifs et addictions comportementales). Autour des associés du cabinet et des responsables des différents pôles d'expertises (Pôle Audit et Conseil, Pôle Formation, Pôle d'Aide aux salariés en difficultés) les équipes de GAE Conseil accompagnent les entreprises privées et publiques de toutes tailles et de tous secteurs d'activités en prévention primaire, secondaire et tertiaire afin de construire un projet ambitieux de santé-sécurité, de qualité de vie au travail et de RSE. GAE Conseil intervient sur l'ensemble du territoire national et en Europe auprès de ses clients en favorisant des implantations régionales dans un souci de proximité avec les entreprises accompagnées. GAE Conseil est implanté à : Paris, Strasbourg, Lyon, Marseille, Bordeaux et Angers.

### **Contacts média**

#### **Agence Ozinfos**

Sothany TUM / Amine MOUSSAOUI

06 27 26 49 64 - [gaeconseil@ozinfos.com](mailto:gaeconseil@ozinfos.com)

