

BAROMÈTRE DES ADDICTIONS ET DE LEURS CONSÉQUENCES CHEZ LES JEUNES DE 16-30 ANS

6ÈME ÉDITION - 2026

www.macif.fr/barometre-addictions



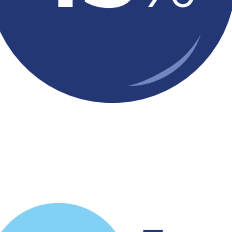
Depuis 5 ans , des tendances de consommation déclarées plutôt stables, en baisse pour l'alcool

Consommation régulière : au moins une fois par mois

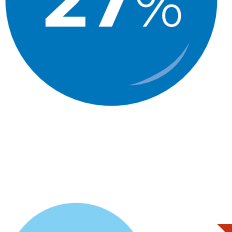
Evolutions par rapport à 2021 ▲ ▼



Alcool



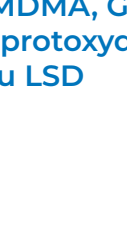
Tabac



Cannabis



Ecstasy, MDMA, GHB, poppers, protoxyde d'azote ou LSD



Cocaïne



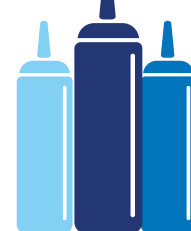
Héroïne



41%

passent 6h ou plus par jour devant les écrans interactifs

Le protoxyde d'azote, une substance émergente dans le paysage des addictions



Plus d'1 jeune sur 10 a déjà consommé du protoxyde d'azote



ont déjà fait l'expérience de consommer du protoxyde d'azote

3% Consommant régulièrement

Une consommation le plus souvent récréative du protoxyde d'azote

Premières motivations



S'amuser



Déstresser



Se sentir bien



Perdre le contrôle et se laisser aller

Situations de consommation les plus fréquentes

TOP 3 % Oui



En soirée/ fête entre amis



Seul(e) chez vous



En festival ou concert

Un produit facile d'accès

66%

Peu cher

50%

Que l'on se procure



35%

Amis / connaissances

28%

Réseaux sociaux

25%

En soirée/festival

21%

Commerces de proximité

20%

Supermarché/épicerie

16%

Internet

15%

Magasins de matériel de cuisine

10%

livraison à domicile

Des jeunes conscients des risques et de la dangerosité de cette substance

Niveau de risque perçu associé à la consommation de protoxyde d'azote



Comparaison 2024



Héroïne



Cocaïne

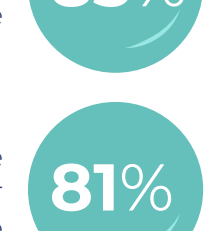


Cannabis

✓ % « D'accord »

% « PAS d'accord » ✗

Peut causer des problèmes de santé



Une consommation occasionnelle ne présente aucun danger

Peut affecter la capacité à conduire ou se déplacer en sécurité



C'est un produit sans danger car il est vendu légalement



BONNE IDÉE

Durcir la législation et créer plusieurs délits punissant sa consommation et son transport.

Mais pour autant, certains adoptent des comportements à risques et font l'expérience de situations négatives

Base consommateurs

Ont déjà perdu le contrôle d'eux même du fait de leur consommation, au cours des 12 derniers mois



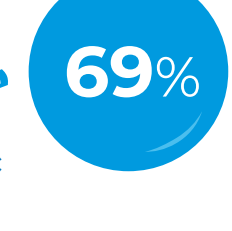
Proto



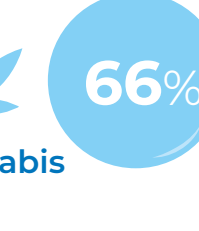
Alcool



Tabac



Cannabis



Expérience de situations négatives après consommation de protoxyde d'azote

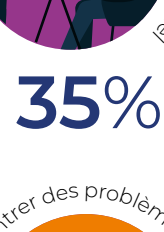
66% des jeunes qui ont déjà consommé du protoxyde d'azote ont été confrontés à au moins une de ces situations du fait de leur consommation



De ressentir des émotions plus négatives



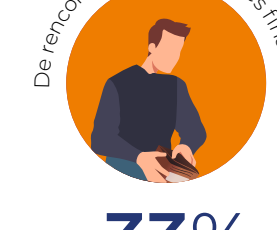
Devoir des épisodes d'échec scolaire ou professionnel



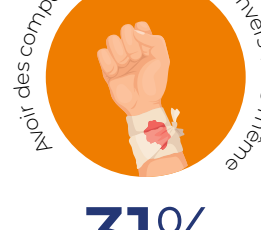
De vous isoler sur le plan social



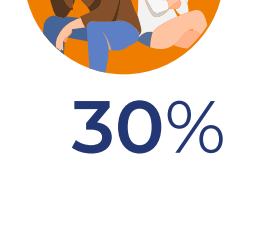
De vous être mis en situation de danger sur la voie publique



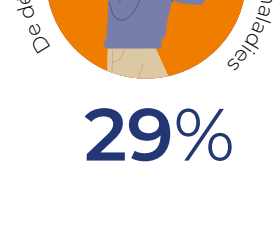
De rencontrer des problèmes financiers



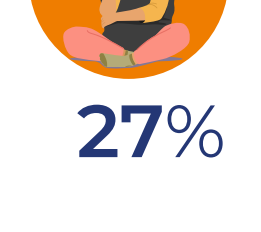
Avoir des comportements violents envers vous-même



D'avoir des troubles de la sexualité



De développer des problèmes de santé des troubles



D'avoir des pensées suicidaires



Des situations de déplacements sous influence de différentes substances qui restent très répandues

86% ont déjà adopté au moins un comportement suivant le fait de leurs consommations:

+3pts depuis 2022

+10pts depuis 2022

Dont plusieurs fois



Rentrer en voiture en tant que conducteur



Rentrer à vélo



Rentrer en trottinette, en hoverboard, en rollers

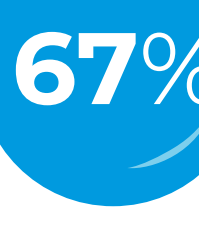


Rentrer en scooter, en moto en tant que conducteur



Rentrer à pied

Un usage toujours très inquiétant et risqué du téléphone en situation de déplacements

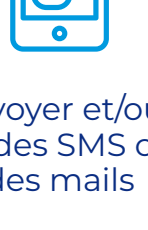


des jeunes ont déjà adopté au moins un de ces comportements en conduisant une voiture, une moto, un scooter ou un vélo

33% Dont souvent



Téléphoner



Envoyer et/ou lire des SMS ou des mails



Consulter les réseaux sociaux



Se filmer, faire des selfies



Participer à des réunions téléphoniques pour le travail



Regarder des films/ des séries sur un écran



Jouer à des jeux sur leur téléphone

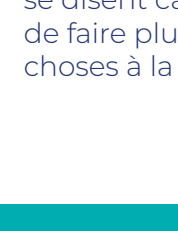


Poster des contenus en direct sur les réseaux sociaux

Utilisation du smartphone en déplacement : des jeunes plutôt conscients du danger

Pour vous-même

Pour les autres



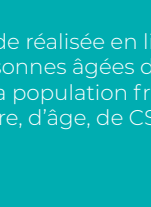
Q. Pourquoi utilisent-ils leur smartphone en déplacement ?



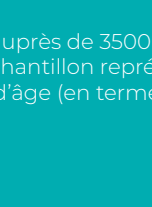
ne résistent pas à une notification



par habitude



se disent capables de faire plusieurs choses à la fois



Seulement si c'est urgent



par réflexe

Etude réalisée en ligne du 17 avril au 12 mai 2026 auprès de 3500 personnes âgées de 16 à 30 ans, constituant un échantillon représentatif de la population française âgée de cette tranche d'âge (en termes de genre, d'âge, de CSP et de régions).

