

# LE DOPAGE COGNITIF

## Qu'est-ce que le dopage cognitif ?

C'est l'action d'augmenter ses capacités cognitives et son rendement par la prise d'amplificateurs cognitifs, c'est-à-dire des substances psychoactives connues sous leur appellation commerciale comme Ritalin, Concerta, Vyvanse et Adderall. Ces médicaments sont, la plupart du temps, prescrits aux personnes ayant un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH).

## Motifs de consommation

- Augmenter les performances individuelles (résultats, travail, quotidien) ;
- Adaptation aux différents milieux (les milieux postsecondaires et de travail sont jugés exigeants et compétitifs par plusieurs) ;
- Avoir une meilleure réponse aux différents rôles sociaux (manque de temps pour performer à l'école, au travail, dans les relations familiales et sociales, etc.)

## Enjeux et prévalence

La consommation de ces substances hors du contexte médical est de plus en plus répandue dans les milieux d'études postsecondaires et sur le marché du travail. Cette consommation est banalisée par plusieurs étant donné que l'objectif principal est d'améliorer les performances, de combattre la fatigue et le stress, donc de résister à

à la pression de performance engendrée par la société actuelle. Au Québec, ce serait entre 3% et 11% des étudiants postsecondaires qui seraient des consommateurs de psychostimulants non médicaux (CAPRES, 2018). De plus, la dépendance psychologique est un enjeu à considérer. En effet, il peut se développer une dépendance psychologique lorsqu'il y a une association, consciente ou non, entre l'augmentation de la performance et la prise de psychostimulants. Elle peut aussi être amplifiée dû à l'approvisionnement sur le marché noir. Cette accessibilité peut entraîner un risque de poursuivre la consommation après la finalisation des études et ainsi favoriser la consommation comme stratégie d'adaptation. À cet effet, l'accès à ces psychostimulants peut se faire par l'entremise d'amis ayant une prescription (certains n'en prennent pas régulièrement à cause des effets secondaires potentiels). L'accès y est également possible par le biais d'une prescription sur mensonge, c'est-à-dire que certains imitent les signes et symptômes d'un TDAH dans le but d'obtenir un diagnostic médical et ainsi recevoir la prescription). D'ailleurs le taux de diagnostics pour le TDAH est en constante augmentation, ce qui pourrait entraîner une tendance à l'autodiagnostic et à l'automédication.



☎ 819 293-8264

🏠 690, RUE MGR-PANET, BUREAU 102

✉ RELANCE@SOGETEL.NET

