

VOS RÉSULTATS AU DÉBA-A/D

Joël Tremblay, Hélène Simoneau, Michel Landry et Nadine Blanchette-Martin

Nom _____ Date _____

Âge _____ Sexe _____ Intervenant _____

Nous avons retranscrit dans ce rapport personnalisé vos résultats obtenus à l'évaluation DÉBA-A/D. Ceux-ci indiquent le niveau de risque associé à votre consommation d'alcool ou d'autres substances psychoactives. Pour chaque indicateur, votre consommation a été classifiée en fonction d'une catégorie et d'une couleur associée.

Consommation à faible risque ou feu vert

Votre consommation d'alcool ou de drogues est considérée à faible risque. Dans le cas d'une consommation de drogues, cette conclusion doit cependant être prise avec prudence puisque nous ne savons pas, la plupart du temps, quelle substance a été consommée, quelle est la concentration des produits, quels sont les types de substances psychoactives présentes, etc.

De plus, si vous avez des problèmes de santé physique ou mentale ou si vous prenez certains médicaments, une consommation d'alcool, même à faible niveau, peut être considérée comme étant à risque pour vous. Dans une telle situation, veuillez consulter votre médecin.

Consommation à risque ou feu jaune

Votre consommation est considérée comme étant à risque. Les risques encourus concernent tout d'abord votre santé, c'est-à-dire qu'il est probable que vous développiez divers troubles de santé. Votre consommation fait également augmenter le risque d'accident. Ou encore, votre consommation risque de devenir problématique, voire une dépendance.

Dans le cas d'une consommation de drogues, cette conclusion doit être prise avec prudence puisque nous ne savons pas, la plupart du temps, quelles substances ont été consommées, quelle est la concentration des produits, quels sont les types de substances psychoactives présentes, etc.

De plus, si vous avez des problèmes de santé physique ou mentale ou si vous prenez certains médicaments, il se pourrait qu'une consommation d'alcool, même à ce niveau intermédiaire, puisse entraîner pour vous des conséquences plus graves. Dans une telle situation, veuillez consulter votre médecin.

Consommation problématique ou feu rouge





Votre consommation est considérée comme étant problématique. C'est-à-dire que vos réponses au DÉBA-A/D nous indiquent que vous éprouvez déjà des problèmes avec l'alcool ou les drogues et qu'il serait important de réfléchir à la possibilité de modifier votre consommation d'alcool ou de drogues.

Note : Pour les femmes enceintes, les normes utilisées dans ce manuel ne sont pas valables. Le fait d'être enceinte augmente les risques pour le fœtus en cas de consommation d'alcool ou de drogues. Il est préférable de consulter son médecin.

VOTRE CONSOMMATION D'ALCOOL

NOMBRE DE VERRES D'ALCOOL LORS D'UNE JOURNÉE TYPIQUE

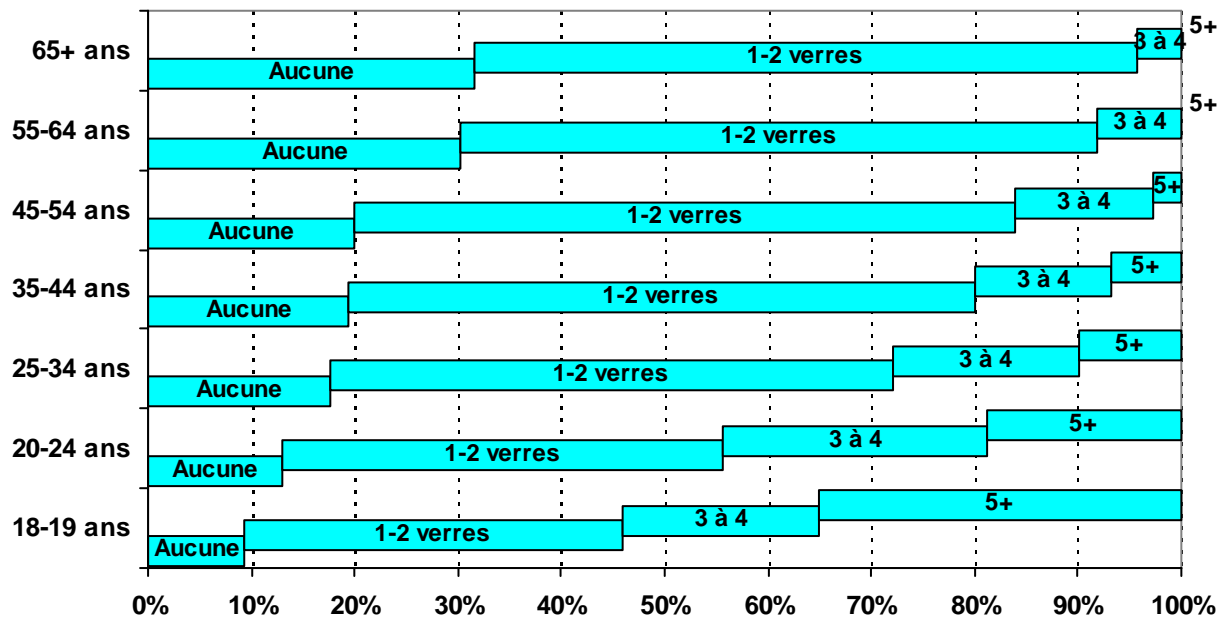
Au Canada, on évalue la consommation d'alcool d'une personne en fonction d'une mesure standard. Ainsi, une consommation standard équivaut à une petite bière à 5 % d'alcool, un verre de vin (142 ml) à 12 % ou un doseur de spiritueux (43 ml) à 40 % d'alcool.

- *  une bière régulière à environ 5 % d'alcool (12 oz ou 341 ml)
- *  un verre de vin à 12 % d'alcool (5 oz ou 142 ml)
- *  un verre de vin fortifié à 20 % d'alcool (3 oz ou 85 ml)
(*ex. : martini, porto, etc.*)
- *  un doseur de spiritueux à 40 % d'alcool (1,5 oz ou 43 ml)

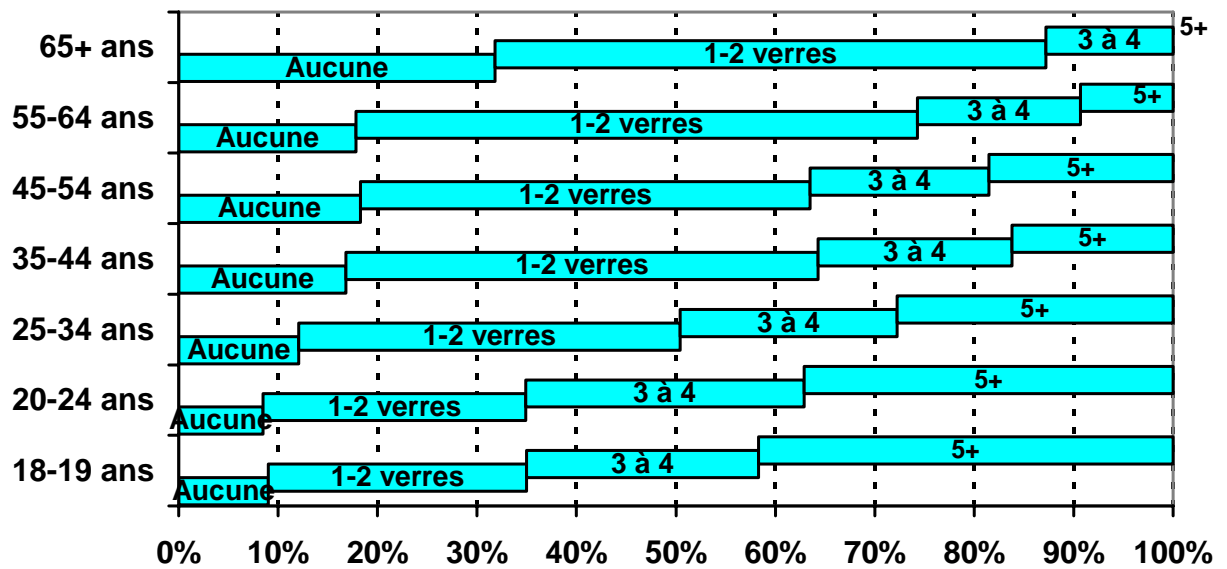
Vous avez indiqué que lors d'une journée typique où vous buvez de l'alcool (question 2 du DÉBA-A), vous prenez consommations standards (c'est-à-dire, équivalentes à une petite bière à 5 % d'alcool).

Si l'on observe la figure suivante, au moins % des Canadiens de votre âge consomment moins d'alcool par jour que vous.

Femmes



Hommes



ÉPISODES DE CONSOMMATION PLUS INTENSIVE

Dans la figure suivante, le niveau de risque pour votre santé a été déterminé en fonction du nombre de fois où vous avez eu une consommation d'alcool intensive au cours de la dernière année. Pour les hommes, une consommation intensive correspond à cinq verres et plus pris en une occasion ; pour les femmes, quatre verres et plus en une occasion. Vous avez rapporté (question 3 du DÉBA-A) épisodes de consommation plus intensive par année, ce qui vous situe dans la zone .

Moins d'une fois par mois (0 à 11 fois /an)	Tous les mois (12 à 51 fois/an)	Toutes les semaines et plus (52 fois et +/an)
--	--	--

RISQUE ASSOCIÉ À LA QUANTITÉ D'ALCOOL PRIS CHAQUE SEMAINE

La figure suivante illustre le risque associé à la quantité de verres bus par semaine. Il est à noter que les normes sont différentes pour les hommes et pour les femmes. Ce que vous avez rapporté, indique, que vous buvez approximativement verres par semaine, ce qui vous situe dans la zone .

Homme	Aucun 0 cons.	Faible 1 à 14 cons.	Moyen 15 à 33 cons.	Élevé 34 cons. et +
Femme	Aucun 0 cons.	Faible 1 à 9 cons.	Moyen 10 à 23 cons.	Élevé 24 cons. et +

DEGRÉ DE DÉPENDANCE À L'ALCOOL

Le degré de dépendance à l'alcool correspond à l'impression générale ressentie par une personne lorsque l'alcool envahit progressivement sa vie. Par exemple, une personne pense souvent à sa consommation, au moment et au lieu où elle va boire, elle a certaines difficultés à arrêter après un premier verre, même si elle sait que l'alcool lui cause des difficultés, elle n'arrive pas à arrêter sa consommation, etc.

Vous avez répondu à des questions concernant le degré de dépendance à l'alcool. Selon votre score au questionnaire qui est de , vous avez un degré de dépendance qui est dans la zone .

Aucun 0	Faible 1 à 9	Modéré 10 à 17	Élevé 18 et +
------------	-----------------	-------------------	------------------

LES CONSÉQUENCES ASSOCIÉES À VOTRE CONSOMMATION D'ALCOOL

Différentes conséquences en lien avec la consommation d'alcool peuvent être vécues. Vous avez répondu à des questions à ce sujet. Certaines ont porté sur les responsabilités de vie comme le travail, l'école (si c'est votre situation) ou encore, vos responsabilités à la maison. Ensuite, il y a toutes les situations où, à cause de l'alcool, les personnes mettent leur sécurité en danger. D'autres personnes vivent des conséquences judiciaires en raison de leur consommation d'alcool (par exemple, la perte du permis de conduire). Finalement, il y a les conséquences relationnelles, c'est-à-dire lorsque la consommation d'alcool affecte négativement les relations avec les amis ou les proches comme dans le couple ou la famille.

Responsabilités Q20, Q23, Q28	Aucun	Occasionnel 1 à 11 fois	Régulier Tous les mois	Fréquent Toutes les sem.
Situations dangereuses Q24 & Q25	Aucun	Occasionnel 1 à 3 fois	Régulier 4 à 51 fois	Fréquent Toutes les sem.
Judiciaire Q26 & Q27	Aucun 0	Occasionnel 1 fois	Élevé 2 fois et +	
Relationnel Q21 & Q22	Aucun 0	Occasionnel 1 à 11 fois	Régulier Tous les mois	Fréquent Toutes les sem.

Selon ce que vous rapportez, votre consommation d'alcool entraîne des conséquences qui vous placent dans la zone : .

VOTRE CONSOMMATION DE DROGUES ET DE MÉDICAMENTS

Selon ce que vous avez rapporté au DÉBA-Drogues, vous consommez les substances suivantes [] et on pourrait dire que cette consommation est [].

- ___ Aucune consommation
- ___ Consommation occasionnelle (cannabis : moins de trois fois par mois; autres : moins d'une fois par mois)
- ___ Consommation à risque (cannabis : une fois par semaine et plus; autres drogues : une fois par mois et plus; médicaments sédatifs : posologie sans approbation médicale - vérifier également le cumul des consommations de diverses substances)

CONSOMMATION DE CANNABIS

Le tableau suivant présente le pourcentage de Canadiens ayant déclaré avoir fait usage de cannabis au cours des 12 mois précédant l'Enquête sur les toxicomanies (ETC; Adlaf et collab., 2005). Les pourcentages encerclés correspondent à votre groupe d'âge et à votre type de consommation.

Groupe d'âge	Cannabis	
	Femmes (%)	Hommes (%)
18-19	43,0	50,9
20-24	30,7	42,0
25-34	12,7	28,2
35-44	8,9	17,6
45-54	5,9	11,0
55-64	n.s.	5,6
65 et plus	n.s.	n.s.

n.s. : données non significatives, trop petits nombres.

Vous avez indiqué que vous consommez du cannabis (mentionner la fréquence) []. Le tableau suivant présente la proportion de Canadiens ayant une fréquence de consommation de cannabis similaire à la vôtre.

Le tableau suivant présente la fréquence d'usage du cannabis chez les Canadiens de 15 ans et plus au cours des trois mois précédant l'Enquête sur les toxicomanies au Canada (ETC; Adlaf et collab., 2005). Les pourcentages encadrés correspondent à votre groupe d'âge et à votre fréquence de consommation.

	Femmes (%)	Hommes (%)
Jamais	92,8	84,6
Une ou deux fois	2,7	4,3
Au moins une fois par mois	1,5	3,0
Au moins une fois par semaine	1,6	4,2
Au moins une fois par jour	1,3	3,8

CONSOMMATION D'AUTRES DROGUES

Le tableau suivant présente le pourcentage de Canadiens ayant déclaré avoir fait usage de drogues illicites au cours des 12 mois précédant l'Enquête sur les toxicomanies au Canada (ETC; Adlaf et collab., 2005). Les pourcentages encadrés correspondent à votre groupe d'âge et à votre type de consommation.

Groupe d'âge	Hallucinogènes (%)		Cocaïne (%)		<i>Speed</i> (%)		Ecstasy (%)		Au moins une parmi les cinq (cocaïne, <i>speed</i> , ecstasy, hallucinogènes ou héroïne) (%)	
	F	H	F	H	F	H	F	H	F	H
15-19	9,3	16,9	9,4	10,3	9,0	7,6	11,3	9,0	18,8	20,7
20-24	14,8	23,4	11,8	18,0	7,6	14,6	9,9	16,9	22,5	33,5
25-34	11,9	23,8	10,6	19,4	4,2	11,9	4,7	12,7	17,6	31,6
35-44	7,3	19,6	11,7	21,4	4,7	9,0	n.s.	2,7	15,9	26,2
45 et plus	4,0	9,9	3,6	8,7	2,5	6,7	n.s.	n.s.	6,3	12,4

DEGRÉ DE DÉPENDANCE AUX DROGUES

Le degré de dépendance à une drogue correspond à l'impression générale ressentie par une personne lorsqu'une drogue envahit progressivement sa vie. Par exemple, une personne pense souvent à sa consommation, au moment et au lieu où elle va consommer, elle pense qu'elle ne peut pas vivre sans cette substance ou encore qu'elle pourrait difficilement s'arrêter.

Vous avez répondu à des questions concernant le degré de dépendance à []. Selon votre score au questionnaire qui est de [], vous avez un degré de dépendance qui est dans la zone [].

Aucun 0	Faible 1 à 2	Modéré 3 à 5	Élevé 6 et +
------------	-----------------	-----------------	-----------------

LES CONSÉQUENCES ASSOCIÉES À VOTRE CONSOMMATION DE DROGUES OU DE MÉDICAMENTS

Les personnes peuvent vivre différentes conséquences en lien avec leur consommation de drogues. Vous avez répondu à des questions sur ce sujet. Certaines ont porté sur les responsabilités de vie comme le travail, l'école (si c'est votre situation) ou encore, vos responsabilités à la maison. Ensuite, il y a toutes les situations où, à cause des drogues, les personnes mettent leur sécurité en danger. D'autres personnes vivent des conséquences judiciaires en raison de leur consommation de drogues (par exemple, la perte du permis de conduire, une accusation de possession, etc.). Finalement, il y a les conséquences relationnelles, c'est-à-dire lorsque la consommation de drogues affecte négativement les relations avec les amis ou les proches comme dans le couple ou la famille.

Selon ce que vous rapportez, votre consommation de drogues entraîne des conséquences qui vous placent dans la zone : [].

Responsabilités Q16, Q19 & Q24	Aucun	Occasionnel 1 à 11 fois	Régulier Tous les mois	Fréquent Toutes les sem.
Situations dangereuses Q20 & Q21	Aucun	Occasionnel 1 à 3 fois	Régulier 4 à 51 fois	Fréquent Toutes les sem.
Judiciaire Q22 & Q23	Aucun 0	Occasionnel 1 fois	Élevé 2 fois et +	
Relationnel Q17 & Q18	Aucun 0	Occasionnel 1 à 11 fois	Régulier Tous les mois	Fréquent Toutes les sem.

PLAN D'ACTION SUGGÉRÉ PAR LES RÉSULTATS :

SOMMAIRE : Vos résultats d'évaluation présentent un résumé des informations que vous avez fournies à l'évaluateur. Parfois, certaines informations peuvent surprendre ou même paraître décourageantes. En fournissant un portrait clair de votre situation actuelle, le présent rapport peut avant tout vous aider à faire des choix éclairés en ce qui concerne votre consommation. Il faut prendre note que plusieurs problèmes associés à la consommation s'améliorent avec l'arrêt ou la réduction de celle-ci. Toutefois, votre décision vous appartient.

Signature de l'intervenant

Date

Joël Tremblay, Ph. D. UQTR, RISQ, Institut Universitaire sur les dépendances
joel.tremblay@uqtr.ca

Hélène Simoneau, Ph. D., Centre Dollard-Cormier- Institut Universitaire sur les dépendances,
 RISQ, helene.simoneau.cdc@ssss.gouv.qc.ca

Michel Landry, Ph. D. Centre Dollard-Cormier- Institut Universitaire sur les dépendances, RISQ,
michel.landry@ssss.gouv.qc.ca

Nadine Blanchette-Martin, M. Serv. Soc., Service de recherche CRUV/CRAT-CA
nadine.blanchette-martin@ssss.gouv.qc.ca