

ACTUALITÉS

Cri d'alarme contre la *crystal meth*

Le Dr Réjean Thomas demande à la Santé publique d'intervenir contre « la pire chose [qu'il ait] vue depuis longtemps »

PHILIPPE ORFALI

Elle est abordable, facile d'accès, fait vivre des sensations fortes. La *crystal meth*, peu répandue dans l'ensemble de la population montréalaise, fait toutefois des ravages à l'heure actuelle dans la communauté gaie de la métropole, s'inquiète le Dr Réjean Thomas, qui lance un cri d'alarme aux autorités de santé publique.

L'utilisation de cette drogue poudreuse ou en forme de cristaux, populaire pour ses effets aphrodisiaques, euphorisants et stimulants, a atteint des proportions épidémiques au cours des dernières années, s'inquiète le fondateur de la clinique médicale l'Actuel, pionnière dans les connaissances et les soins en matière d'ITS et de VIH/sida, auxquels est fréquemment liée la méthamphétamine, nom scientifique de la «meth».

Il s'agit de « la pire chose que j'aie vue depuis longtemps », a affirmé l'éminent médecin dans un statut Facebook partagé près

de 2000 fois depuis sa publication. « Je suis effrayé devant l'utilisation importante de la *crystal meth* parmi les patients que nous voyons. Cette drogue fortement addictive cause des dégâts incroyables. [...] Les gens deviennent accros rapidement, et prennent des risques importants au détriment de leur santé physique et mentale. La santé publique doit réagir », insiste le médecin.

Euphorisante

La communauté gaie de Montréal est particulière touchée par le phénomène, certains utilisant cette drogue lors d'activités sexuelles à risque, reconnaît la Direction de santé publique (DSP), qui ne dispose toutefois d'aucune donnée fiable permettant d'évaluer son ampleur.

« Ce qu'on sait, c'est que les hommes qui en consomment le font pour aller chercher un effet euphorisant lors de relations sexuelles, mais aussi parce qu'elle engendre une perte de

sommeil et une désinhibition. C'est bien documenté que les gens qui en prennent vont avoir un nombre plus élevé de partenaires, le plus souvent sans protection. Ils s'exposent ainsi à toutes sortes de risques », explique la Dr^e Sarah-Amélie Mercure, médecin spécialiste en santé publique et en médecine préventive à la DSP.

Une étude doit être entamée à la fin de l'été à Montréal ainsi que dans d'autres grandes villes canadiennes, mais ses résultats ne devraient être connus que d'ici un an et demi, au plus tôt. Elle juge toutefois essentiel de s'attaquer à cet enjeu dès maintenant. Contrairement à d'autres types de dépendance, comme celle aux opioïdes, la dépendance à la *crystal meth* se traite difficilement, car il n'existe pas de drogue de substitution. « On ne peut pas, par exemple, prescrire de la méthadone. La dépendance aux stimulants est beaucoup plus ardue à traiter, et c'est particu-

lièrement le cas pour la *meth*. Les personnes qui en consomment, surtout par injection, sont très, très réfractaires aux traitements », dit-elle.

Drogue injectée

Il est possible de retrouver la *meth*, aussi appelée « Tina », sous forme de comprimé, de poudre ou sous une forme cireuse connue sous le nom de « base ». Elle peut être consommée par voie orale, fumée, reniflée ou injectée. Cette dernière méthode serait populaire à Montréal, selon la Dr^e Mercure, ce qui aggrave d'ailleurs les risques liés à sa consommation.

Produite dans des laboratoires clandestins à l'aide de produits chimiques répandus et de médicaments en vente libre, comme l'éphédrine ou l'ammoniac, la *meth* a vu sa production, sa distribution et sa possession être interdites au Canada depuis 2005. Depuis, peu d'actions ont été



MICHAEL PROBST ASSOCIATED PRESS

La « *crystal meth* » se présente sous forme de poudre ou de cristaux comme ceux-ci. Elle a un effet euphorisant et stimulant.

« La dépendance aux stimulants est beaucoup plus ardue à traiter, et c'est particulièrement le cas pour la *meth* »

Sarah-Amélie Mercure, médecin spécialiste en santé publique

prises pour s'attaquer spécifiquement à la consommation de cette drogue.

« La base, c'est d'avoir de bonnes données pour ensuite développer des interventions reliées à la situation montréalaise », conclut la Dr^e Mercure.

La ministre de la Santé publique, Lucie Charlebois, a

pour sa part décliné la demande d'entrevue du *Devoir*, mercredi, en raison de rencontres. « Le gouvernement est très sensible à la consommation de toutes les drogues », a toutefois affirmé son attachée de presse dans un courriel.

Le Devoir

EN COLLABORATION AVEC L'INSTITUT DES TROUBLES D'APPRENTISSAGE

L'ÉTÉ, C'EST SURTOUT FAIT POUR JOUER!

L'Institut des troubles d'apprentissage poursuit, en collaboration avec *Le Devoir*, sa série de chroniques sur le parcours exceptionnel de personnes qui ont réussi malgré des troubles d'apprentissage. L'objectif est double : démystifier le sujet tout en démontrant le potentiel des 10 % d'entre nous aux prises avec de telles difficultés. Bonne lecture!

Roseline Laliberté, 12 ans, vient tout juste de terminer sa 6^e année. Comme des milliers d'enfants québécois, elle passera les prochaines semaines loin des bancs d'école. Mais pour la jeune fille, les vacances ne seront pas de repos. Éprouvant des troubles d'apprentissage, elle devra stimuler ses connaissances de diverses façons cet été afin de ne pas perdre ses acquis.

Pétillante, allumée, s'exprimant clairement et fort polie, Roseline est une jeune fille extrêmement charmante. En discutant avec elle, il est difficile d'imaginer qu'elle puisse éprouver des troubles d'apprentissage. Pourtant, c'est bel et bien le cas et sa situation est loin d'être marginale.

Au Québec, on estime qu'environ 10 % de la population est aux prises avec des troubles d'apprentissage. Les plus communs sont la dyslexie, la dysorthographe, la dyscalculie et le déficit d'attention avec ou sans hyperactivité, mais il en existe quelques autres. Et contrairement aux idées reçues, ceux-ci ne sont pas liés aux facultés intellectuelles des individus concernés, mais bien à un déficit neurologique touchant des régions spécifiques du cerveau.

Roseline, elle, est atteinte de dyslexie et de dysorthographe. Concrètement, cela signifie qu'elle décode difficilement les mots écrits et que rédiger des textes s'avère pour elle une épreuve, car sa capacité à organiser et à présenter les mots à travers l'écriture est restreinte. Elle éprouve également un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité; pour elle, le simple fait de demeurer attentive ou inactive relève du défi.

Fonctionner à l'école

Malgré ses difficultés, Roseline dit aimer l'école. Il faut savoir que l'établissement qu'elle a fréquenté tout au long de son primaire, l'Académie des Sacrés-Cœurs à Saint-Bruno-de-Montarville, a beaucoup contribué à son bien-être. Très compréhensif, tout le corps enseignant lui a apporté énormément de soutien.

Lors d'exams, la jeune fille — comme tous les autres élèves aux prises avec des troubles d'apprentissage d'ailleurs — avait la possibilité de s'isoler dans une petite classe pour être plus tranquille. De plus, pendant deux ans, elle a pu être suivie par l'orthopédagogue de l'école. Cette dernière l'a beaucoup aidée à développer des stratégies pour qu'elle puisse être fonctionnelle dans toutes ses classes.

« Elle m'a vraiment encouragée », souligne Roseline. En français, elle m'expliquait comment développer mes textes et formuler mes phrases correctement. En math, elle m'aidait à mieux faire mes calculs et à ne pas prendre trop de temps pour les faire. Grâce à son aide, mes notes ont vraiment augmenté! »

Mais l'apprentissage de certaines matières

s'est tout de même avéré particulièrement complexe pour la jeune fille. « L'anglais langue seconde, ça a été tout un défi », indique Annie Parenteau, la mère de Roseline. Les conjugaisons, la formulation des phrases, c'est difficile pour elle. Elle avait beau étudier et faire des exercices, ça ne rentrait pas. Par contre, ses cours l'ont beaucoup fait progresser. Maintenant, elle écoute des téléseries en anglais seulement et elle comprend! »

Jouer, lire et écrire pour ne rien oublier

Heureuse d'avoir terminé son primaire et fière d'être parvenue à le faire malgré les écueils, Roseline avoue être à la fois enthousiasmée et préoccupée par son passage au secondaire.

« Je vais aller au collège Trinité, spécifiquement. J'ai hâte, mais je sais que ce sera plus dur que le primaire. Et je ne serai plus dans le groupe des plus vieux, je serai dans le groupe des plus jeunes! C'est un peu stressant. »

Afin de faciliter la transition de sa fille vers le secondaire et de s'assurer qu'elle ne perde pas ses acquis de la dernière année, M^{me} Parenteau, qui exerce par ailleurs le métier d'orthopédagogue, prévoit de faire cet été plusieurs activités pour stimuler ses connaissances.

« Moi, ce que je prône, c'est de donner aux enfants le temps de recharger leurs batteries parce qu'ils en ont besoin, mais aussi de trouver des moyens de stimuler leurs connaissances à travers le jeu. Par exemple, les jeux de société, ça permet de travailler beaucoup les stratégies et les fonctions exécutives. Ce qui est bien, c'est que les jeunes n'ont pas l'impression de faire des tâches scolaires et qu'en jouant avec leur famille, ils passent un moment de qualité avec leurs proches. C'est sûr que chez nous, cet été, on va jouer à différents jeux de société », indique M^{me} Parenteau.

L'écriture sera également au programme de Roseline pendant la saison chaude. Comme sa famille passera quelques jours au Mexique, sa mère compte profiter de l'occasion pour joindre l'utile à l'agréable.

« Quand nous partons en vacances, j'achète souvent un petit livre pour qu'on y consigne nos souvenirs », indique M^{me} Parenteau. Ça permet de travailler l'écriture. J'amène aussi des cahiers qui proposent des exercices ludiques, comme des jeux de mémoire, par exemple. »

M^{me} Parenteau utilise notamment les livres de jeux éducatifs qui ont été créés par l'Institut des troubles d'apprentissage. Ces derniers sont spécialement conçus pour permettre aux jeunes de stimuler leurs capacités tout en s'amusant. Et, fait intéressant, pour chaque jeu, toutes les habiletés pratiquées sont indiquées, ce qui permet aux parents de mieux cibler et comprendre les activités qui aident leurs enfants à conserver leurs acquis.



STEEVE LALIBERTÉ

Malgré des exercices qui lui permettront de garder la main en prévision du retour à l'école, Roseline entend bien profiter de l'été comme tous les autres jeunes de son âge.

En plus d'orchestrer ces activités, la mère de Roseline veillera à ce que sa fille pratique ses habiletés de lecture cet été. « Je vais m'assurer qu'elle lise de façon régulière, mais je ne lui imposerais pas de routine pour ne pas l'excéder. Il faut que ça reste agréable. »

Heureusement, contre toute attente, la jeune fille confie avoir un penchant marqué pour la lecture et l'écriture. « J'aime beaucoup lire. La seule chose, c'est que je commence des livres et que je ne les finis pas, parce que j'en choisis toujours des nouveaux. [...] J'aime aussi écrire. Je suis toujours à la recherche du cahier parfait! Je me fais des agendas et j'ai un journal intime. »

À quelques jours de la fin des vacances, M^{me} Parenteau invitera Roseline à reprendre progressivement une routine plus proche de celle qui sera la sienne pendant l'année scolaire.

« Au mois d'août, on peut graduellement se remettre à faire des activités à caractère plus scolaire », indique-t-elle. On peut par exemple demander à son enfant d'écrire un petit texte structuré sur ce qu'il a préféré dans son été. Mais il ne faut pas exagérer. C'est le genre de choses que je vais faire avec Roseline quelques jours avant la rentrée. »

D'ici là, la jeune fille entend bien profiter de ses temps libres estivaux pour voir ses amis, s'épauler dans la piscine et s'initier à la photographie. « Je vais faire des exercices, parce que je sais que ça va m'aider, mais je vais faire plein d'autres choses aussi », assure-t-elle, un sourire dans la voix.

Après tout, l'été, c'est fait pour jouer, n'est-ce pas?

Voici quelques suggestions pour la période estivale!

Tout d'abord, gardez en tête que l'enfant a besoin de prendre une pause.

C'est pourquoi notre suggestion n° 1 est le temps libre! Les périodes de temps libre permettent aux enfants de ne pas avoir d'obligations et cela leur donne la chance de laisser libre cours à leur imagination et à leur créativité. N° 2 : offrir l'occasion de vivre des réussites liées à ses aptitudes et à ses champs d'intérêt. N° 3 : s'amuser en famille et entre amis pour faire le plein d'énergie!

Exemples de livres de jeux éducatifs et ludiques en vente à l'Institut TA : www.institutta.com

SOURCE : INSTITUT DES TROUBLES D'APPRENTISSAGE