

SANTÉ Selon une étude de la Suva, les Suisses ne dédaignent pas recourir à toute une panoplie de «petits coups de pouce» pour rester performants au boulot.

Médecine «méliorative» ou dopage

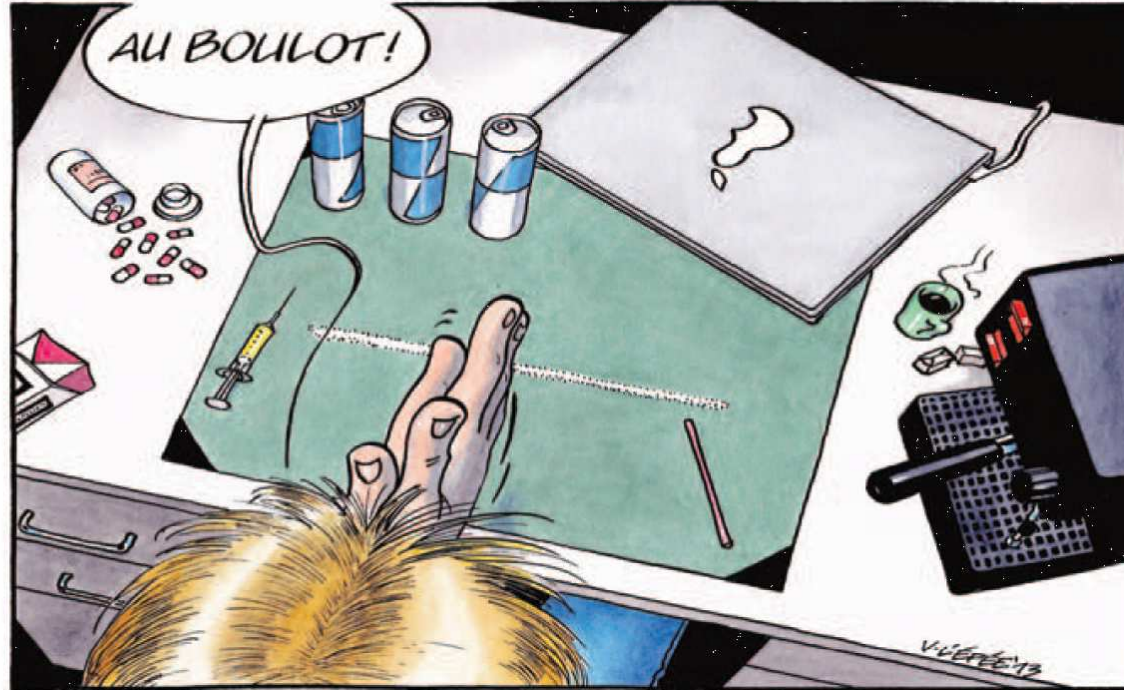
BERNE
PHILIPPE VILLARD

Ça commence à coup de «p'tits noirs» et ça peut finir à grands sniffs de «blanche». Du café matinal à la cocaïne en passant par la bi-bine, les vitamines, les antidépresseurs, les alicaments et bien d'autres substances, la pharmacopée du dopage au boulot ou aux études est devenue une réalité. Une réalité mais pas forcément une banalité.

Selon une étude diligentée par la Suva et présentée hier (lire encadré), le phénomène touche 4% de la population et 14% des jeunes en formation.

Stress professionnel, culte de la performance, société de compétition, formatage médiatique ou publicitaire et pression sociale constituent autant de facteurs personnels ou extérieurs qui engendrent la prescription ou le désir de ces produits dits de «neuro enhancement» ou de médecine «méliorative».

Car celui qui les consomme pense ainsi développer sa performance cognitive ou repousser ses limites physiques pour mieux boucler un dossier ou tenir bon lors d'une négociation professionnelle. «Le neuro enhancement propose d'améliorer quelque chose selon des valeurs propres aux individus et aux «moments» de la société. Dans les années 1970, on en utilisait pour stimuler sa créativité intellectuelle ou spirituelle, aujourd'hui, c'est pour être en forme physiquement en vue de défis individuels et professionnels, pour optimiser ses émotions masquer la fatigue ou accélérer la récupération», note le docteur Anne Echarhardt, directrice du réseau d'experts Riscicare. Mais améliore-t-on quoi que ce soit avec ces traitements qui vont



du doux et licite (café, thé noir, médicaments et alicaments) au dur et illégal (drogues diverses)? Les scientifiques semblent avoir bien du mal à apporter une réponse claire à ce sujet.

S'épuiser à se stimuler

Déjà, il existerait peu d'études pertinentes. Ensuite, les spécialistes s'interrogent toujours à propos d'un potentiel effet placebo et d'une possible surestimation de soi dans la perception de ses performances.

En revanche, ce qui est sûr c'est qu'à la longue, les accros au dopage professionnel ont de fortes chances de tomber dans certains pièges. Ce sont la dépendance, la

saturation, de probables conséquences sur le système nerveux et l'arrivée inexorable de cette grosse fatigue tant redoutée. Bref on peut s'épuiser à prendre des neuro stimulants.

Mais peut importe, la petite entreprise «Je S.A.» se doit de rester au top sept jours sur sept et 24 heures sur 24. Décrochage interdit malgré le burn out en ligne de mire. Du coup, un grand marché s'esquisse qui fait saliver l'industrie pharmaceutique bien sûr, mais aussi les géants de l'agroalimentaire. Pour le cadre performant qui s'interdit le coup de mou ou la mère de famille qui n'a que le droit et le devoir d'être hyperactive, on trouve de tout, en vente li-

bre ou sur ordonnance, en boutique ou en ligne.

Homme augmenté

Il est encore singulier de noter que cette nécessité d'être au top s'enracine dans des sociétés à la population vieillissante ou la durée du travail ne cesse de s'allonger. Mais les jeunes ne sont pas laissés pour compte. Ainsi, les petits peuvent croquer des nounours vitaminés et autres confiseries déjà destinées aux enfants et les plus grands se désaltérer avec du lait «vitaminé», des «energy drinks» et consommer une foule de fortifiants pour mieux affronter situations d'examen et autres épreuves

En Suisse, le dopage au travail ne

semble pas revêtir cette ampleur quasi «légendaire» qu'on lui prêterait volontiers, entre rumeurs et fictions diverses. S'il n'apparaît pas, ou pas encore, se poser en enjeu de santé publique, il émerge nettement en tant que phénomène de société. L'étude conduite pour la Suva peut ainsi fournir matière à réflexion pour l'avenir.

Qui sait si demain, cette volonté de devenir tous des supermen ou des superwomen ne se traduira pas le recours à de la stimulation cérébrale profonde ou à la pose d'implants artificiels. Ainsi, entre tendances et techniques, nos sociétés n'ouvrent pas un peu à peu la porte à ce fameux «homme augmenté». ◊

SUR ORDONNANCE

L'étude commandée par la Suva sur le dopage au travail ou en formation s'avère une première en suisse.

Elle a été conduite sur 10 171 personnes âgées de 15 à 75 ans par l'Institut suisse de recherche pour la santé publique et l'addiction (ISGF) de l'Université de Zurich. «La consommation de produits destinés à améliorer la concentration, accroître les performances cognitives ou relever une humeur dépressive touche davantage les secteurs de la santé et du social», notait le professeur Michael Schaub, directeur de l'ISGF, en commentant le détail des résultats. Les surconsommations concernent d'abord la Ritaline puis les médicaments faisant l'objet d'une prescription tels que Cipralex, Temesta, Stilnox, Xanax, Seresta ou Valium. Les jeunes en formation se dopent quasiment deux fois plus que les actifs. La Suva qui veut désormais exploiter l'entier des résultats pour développer des outils de préventions adéquats. ◊

UNE TRADITION

Le dopage relève aussi d'une certaine tradition.

Dans l'antiquité grecque, les lanceurs pensaient trouver leur force en consommant de la viande de taureau. Les lutteurs recouraient à celle de porc. Les sauteurs prétaient des vertus à celle de chèvre. Les Chinois en pincent depuis des milliers d'années pour les bienfaits physiques et sexuels du ginseng.

Les Romains puisaient leur tonicité dans les feuilles de sauge. En Amérique du Sud, on mâche la coca et en Afrique la noix de kola ou le qat en Éthiopie... ◊