

## Qu'est-ce que c'est?

Il y a deux grandes catégories de dépendance :

**1. Les dépendances à une substance :** Le terme drogue désigne les substances pouvant entraîner une dépendance. Parmi ces substances, on compte notamment la nicotine, les stupéfiants et l'alcool.

**2. Les dépendances non liées à une substance :** Des éléments ne contenant aucune substance addictive peuvent, eux aussi, donner lieu à un état d'enivrement. Cet état, engendré par une distribution accrue d'endorphine (« hormone du bonheur »), peut entraîner une dépendance à partir du plaisir initialement ressenti.

## 4 SPECTRES D'USAGE

**1 Bénéfique :** Usage ayant un impact positif (santé, spirituel ou social)

**2 Occasionnel non problématique :** Usage récréatif avec des effets de santé ou sociaux négligeables

**3 Problématique :** Usage ayant des conséquences négatives pour l'individu, les amis, la famille ou la société

**4 Chronique :** Usage devenu habituel et compulsif malgré les effets sociaux et de santé négatifs

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les substances psychoactives sont classées selon différentes catégories. Il existe :

- **Les stimulants :** Mineurs : caféine, nicotine – Majeurs : amphétamine, cocaïne, ecstasy
- **Dépresseurs :** Alcool, GHB, codéine, morphine, héroïne, anxiolytiques, sédatifs, hypnotiques, vapeur d'essence, de produits nettoyants, de vernis
- **Perturbateurs :** Cannabis (haschich, huile de haschich, cannabis séché), Hallucinogènes (ecstasy, PCP, LSD, champignons, kétamine)

Sources : [usherbrooke.ca](http://usherbrooke.ca) / [aidedroque.ca](http://aidedroque.ca)

