

# ALCOOL, CANNABIS ET TABAC

## LES CHANGEMENTS EN MATIÈRE DE CONSOMMATION D'ALCOOL, DE CANNABIS ET DE TABAC DURANT LA PANDÉMIE DE COVID-19

Selon des sondages Web quotidiens réalisés par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) du 21 mars au 31 mai 2020, la pandémie a eu des conséquences négatives sur plusieurs comportements des Québécois tels que l'activité physique, la qualité du sommeil et la préoccupation à l'égard du poids<sup>1</sup>. Elle a aussi exacerbé chez eux, l'insécurité alimentaire et la détresse psychologique<sup>2,3</sup>, et a augmenté la consommation d'alcool<sup>4</sup>.

Le présent feuillet fait état des changements rapportés au niveau de la consommation d'alcool, de cannabis et de produits du tabac et de vapotage chez les Montréalais durant les mois d'avril et mai 2020. On y présente la proportion de ceux qui disent avoir diminué leur consommation de ces substances durant la pandémie et, à contrario, la part de ceux qui indiquent l'avoir augmentée. On compare aussi la consommation quotidienne avant et pendant la pandémie chez les consommateurs. Dans chaque cas, si les données le permettent, on examine la situation selon l'âge, le sexe et le revenu du ménage<sup>5</sup>.

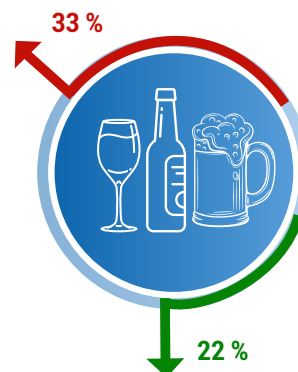
La santé publique accorde un intérêt particulier à la consommation de substances dans le but de réduire la consommation problématique dans l'ensemble de la population, de retarder l'âge d'initiation chez les jeunes et de protéger certains groupes vulnérables dont les femmes enceintes<sup>6</sup>.

### Changements dans la consommation d'alcool

7 Montréalais sur 10 (72 %) rapportent avoir consommé de l'alcool (bière, vin, alcool fort) pendant la pandémie.

Parmi les consommateurs d'alcool, **1 sur 3** déclare avoir augmenté sa consommation durant la pandémie

33 % des consommateurs d'alcool ont affirmé que leur consommation a augmenté durant la pandémie, alors que 22 % ont constaté une diminution.



#### Notes méthodologiques

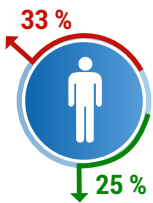
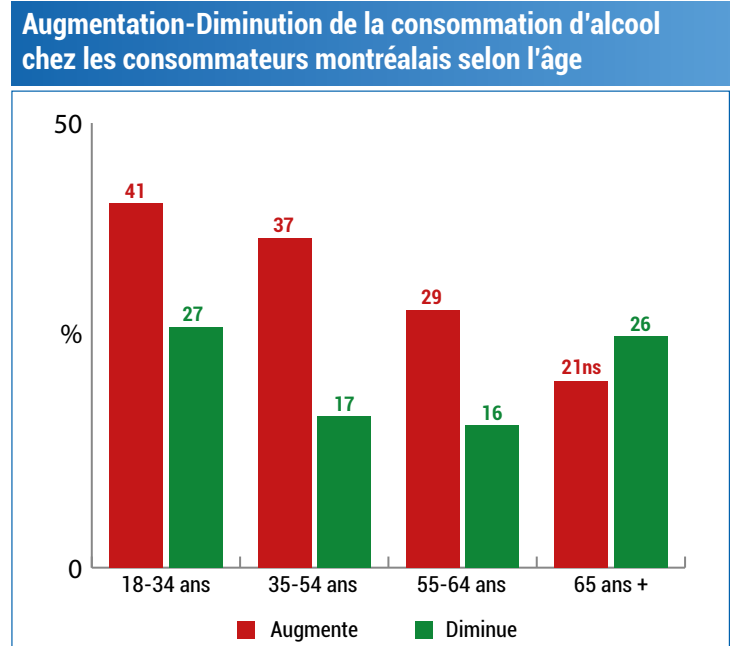
Sauf précision contraire, les données présentées dans ce document sont issues de « MaVilleÉcoute », une série de sondages en ligne réalisés par la firme Advanis-Jolicoeur entre les mois d'avril et mai 2020. L'échantillon montréalais (plus de 2000 répondants) est constitué à partir d'un tirage aléatoire de numéros de téléphones mobiles.

Les résultats doivent donc être interprétés en considérant que la participation des répondants présente des limites relatives à la représentativité de l'échantillon.

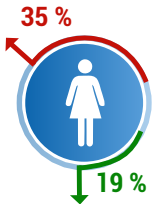
## L'ampleur des changements rapportés dans la consommation d'alcool diffère selon l'âge

On constate une forte augmentation de la consommation chez les moins de 65 ans. La part des consommateurs ayant rapporté avoir augmenté leur consommation étant particulièrement élevée chez les 18-34 ans.

Chez les 35-54 ans, la proportion d'individus qui ont augmenté leur consommation d'alcool est près du double de la proportion de ceux qui l'ont diminuée.



33 % des **hommes** ont vu leur consommation augmenter durant la pandémie, contre 25 % qui ont déclaré l'avoir diminuée.



35 % des **consommatrices** d'alcool montréalaises ont vu leur consommation augmenter durant la pandémie, alors que 19 % ont déclaré une diminution de leur consommation.

*La proportion d'individus disant avoir augmenté leur consommation d'alcool n'est pas significativement différente entre les hommes et les femmes.*



Chez les consommateurs d'alcool montréalais dont les ménages **gagnaient moins de 40 000 \$** avant impôt en 2019, 30 % ont rapporté avoir augmenté leur consommation pendant la pandémie de la COVID-19, tandis que 28 % ont déclaré l'avoir diminuée.



Parmi les consommateurs d'alcool dont les ménages **gagnaient 40 000 \$ ou plus** avant impôt, 35 % ont vu leur consommation augmenter, contre 22 % pour lesquels elle a diminué.

*La part de consommateurs rapportant avoir diminué ou augmenté leur consommation d'alcool ne diffère pas significativement selon le revenu du ménage (< 40 000 \$ c. ≥ 40 000 \$).*

## Un bond de la consommation quotidienne d'alcool chez de nombreux Montréalais

Parmi les consommateurs d'alcool montréalais, la consommation quotidienne d'alcool (tous les jours ou presque) a grandement augmenté pendant la pandémie.

**Avant** la pandémie :  
**11 %**

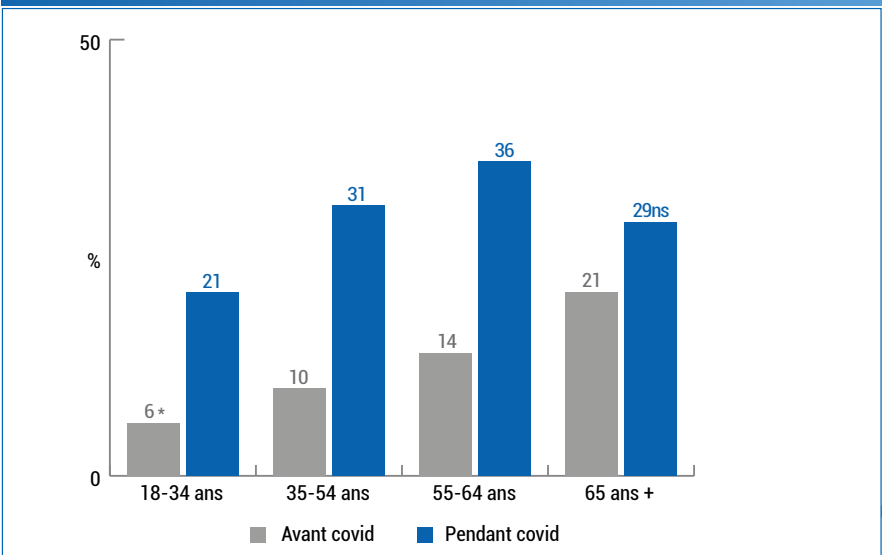


**Durant** la pandémie :  
**27 %**

La consommation d'alcool quotidienne a augmenté de manière importante dans presque tous les groupes d'âge.

*La seule différence significative observée entre les groupes d'âge en ce qui concerne l'augmentation de la consommation est entre les 18-34 ans et les 35-64 ans.*

Consommation quotidienne d'alcool avant et pendant la pandémie, selon le groupe d'âge



Parmi les consommateurs d'alcool qui sont **des hommes**, la consommation quotidienne d'alcool est passée de 14 % avant la pandémie à 30 % durant la pandémie. Cette consommation est passée de 9 % avant la pandémie à 25 % durant la pandémie **chez les femmes**.

*La proportion de consommateurs déclarant avoir bu tous les jours ou presque pendant la pandémie ne diffère pas significativement selon le sexe.*



La consommation quotidienne chez les consommateurs d'alcool montréalais dont les ménages gagnaient **moins de 40 000 \$** avant impôt en 2019 est passée de 6 %\* avant la pandémie, à 18 % durant celle-ci. Chez les consommateurs dont le revenu du ménage était de **40 000 \$ ou plus**, 13 % buvaient de l'alcool tous les jours ou presque avant la pandémie, contre 30 % pendant la pandémie.

*Pendant la pandémie, les consommateurs dont les ménages gagnaient 40 000 \$ ou plus sont proportionnellement plus nombreux à rapporter avoir consommé tous les jours ou presque que ceux dont les ménages gagnaient moins de 40 000 \$.*

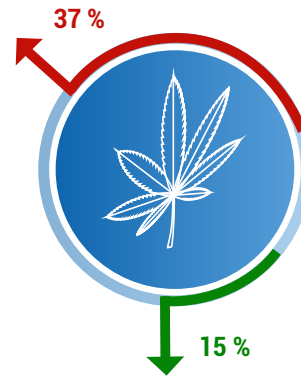
\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. Valeur de la proportion à interpréter avec prudence.

ns : La valeur de la proportion n'est pas statistiquement différente de la précédente au seuil de 5 %.

## Changements dans la consommation de cannabis

1 Montréalais sur 5 (19 %) déclare avoir consommé du cannabis (sous forme solide ou liquide) en temps de pandémie.

Pendant la pandémie, 37 % ont affirmé avoir augmenté leur consommation, tandis que 15 % ont rapporté une diminution.

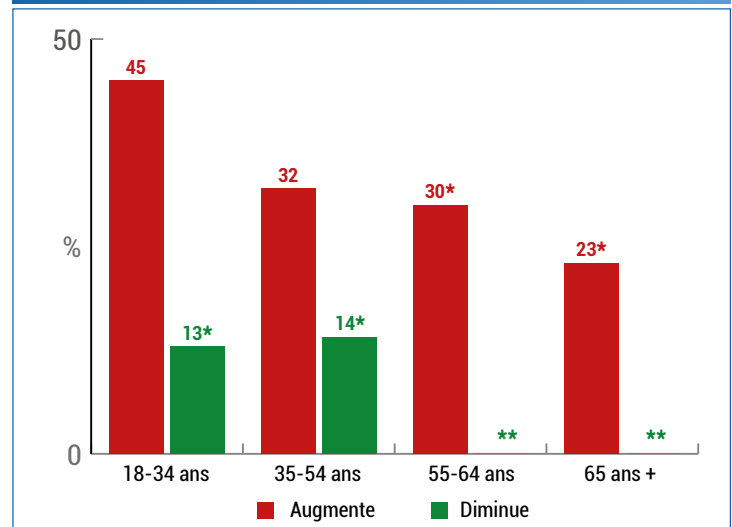


### La part de consommateurs de cannabis ayant augmenté leur consommation dépasse largement la part de ceux qui l'ont diminuée

Des changements dans la consommation du cannabis ont été observés pour tous les groupes d'âge, avec une plus grande proportion de consommateurs ayant déclaré avoir augmenté leur consommation que celle ayant déclaré l'avoir diminuée. L'augmentation de la consommation est particulièrement marquée chez les 18-34 ans.

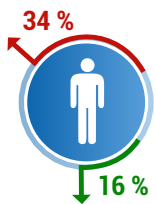
*Notons que la proportion de consommateurs déclarant avoir augmenté leur consommation de cannabis est significativement plus élevée chez les 18-34 ans en comparaison au groupe des 65 ans et plus. Les autres différences entre les groupes d'âge ne sont pas statistiquement significatives.*

### Augmentation-Diminution de la consommation du cannabis chez les consommateurs montréalais selon l'âge

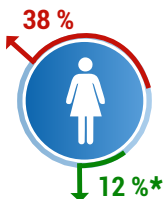


\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. Valeur de la proportion à interpréter avec prudence.

\*\* Coefficient de variation supérieur à 25 %. Valeur imprécise non présentée.

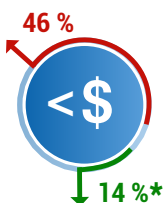


Chez les hommes **consommateurs de cannabis**, 34 % ont déclaré avoir augmenté leur consommation durant la pandémie, contre 16 % chez ceux qui ont déclaré l'avoir diminuée.



Chez les **consommatrices de cannabis**, 38 % ont dit avoir augmenté leur consommation durant la pandémie, contre 12 %\* qui ont rapporté l'avoir diminuée.

*La proportion d'individus déclarant avoir augmenté ou diminué leur consommation de cannabis durant la pandémie ne varie pas significativement selon le sexe.*



Chez les consommateurs de cannabis dont les ménages **gagnaient moins de 40 000 \$** avant impôt en 2019, 46 % ont déclaré avoir augmenté leur consommation durant la pandémie, tandis que 14 %\* ont dit l'avoir diminuée.



Chez les consommateurs de cannabis dont les ménages **gagnaient 40 000 \$ ou plus** avant impôt, 36 % rapportent avoir augmenté leur consommation, contre 15 % qui disent l'avoir diminuée.

*Il n'y a pas de différence significative entre les consommateurs de cannabis dont les ménages gagnent moins de 40 000 \$ et ceux dont les ménages gagnent plus en termes d'augmentation ou de diminution de leur consommation.*

## Consommation quotidienne de cannabis en hausse

La part des consommateurs de cannabis qui le consomment tous les jours ou presque a crû pendant la pandémie.

**Avant** la pandémie :  
**21 %**



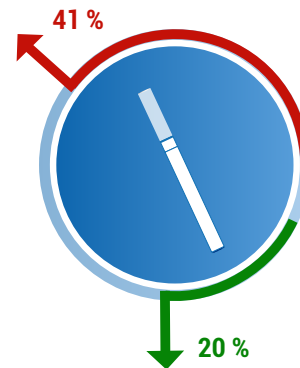
**Durant** la pandémie :  
**34 %**

\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. Valeur de la proportion à interpréter avec prudence.

## Changements dans la consommation de produits du tabac et de vapotage chez les fumeurs

Pendant la pandémie, 18 % de Montréalais se déclarent fumeurs de cigarettes.

Parmi les fumeurs montréalais, 41 % ont déclaré une augmentation de leur consommation de cigarettes (régulières), contre 20 % ayant rapporté une diminution.



### Chez les fumeurs, le nombre moyen de cigarettes fumées par jour a augmenté pendant la pandémie

**Avant** la pandémie :  
**12 cigarettes**



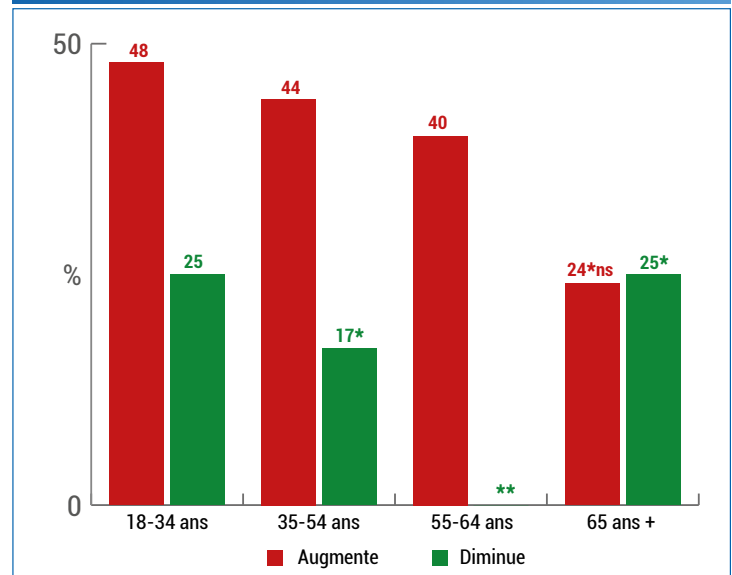
**Durant** la pandémie :  
**15 cigarettes**

Les changements dans la consommation de cigarettes sont plus importants chez les consommateurs âgés de moins de 65 ans, parmi lesquels au moins 40 % ont vu leur consommation augmenter durant la pandémie.

Une proportion tout de même notable des consommateurs affirment avoir diminué leur consommation. Celle-ci s'élève à 25 % chez les jeunes de moins de 35 ans et 17 %\* chez les personnes de 35-54 ans.

*Notons que, contrairement à l'augmentation, il n'y a pas de différence significative entre ces groupes d'âge en termes de diminution de la consommation de cigarettes durant la pandémie.*

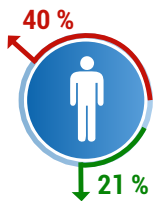
Augmentation-Diminution de la consommation de cigarettes chez les fumeurs montréalais selon l'âge



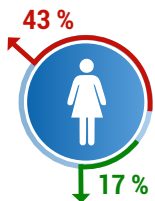
\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. Valeur de la proportion à interpréter avec prudence.

\*\* Coefficient de variation supérieur à 25 %. Valeur imprécise non présentée.

ns : La valeur de la proportion n'est pas statistiquement différente avec la précédente au seuil de 5 %.



Chez les hommes **fumeurs**, 40 % ont déclaré avoir augmenté leur consommation de cigarettes durant la pandémie. Ils sont 21 % à déclarer une diminution.



Chez les **fumeuses**, 43 % ont dit avoir augmenté leur consommation de cigarettes durant la pandémie, contre 17 % qui déclarent l'avoir diminuée.

*Il n'y a pas de différence significative entre les fumeurs hommes et femmes dans la variation de la consommation de cigarettes.*



Chez les fumeurs montréalais dont les ménages ont gagné **moins de 40 000 \$** avant impôt en 2019, 44 % ont rapporté avoir augmenté leur consommation de cigarettes, tandis que 25 % déclarent l'avoir diminuée.



Chez les fumeurs dont les ménages ont gagné **40 000 \$ ou plus** avant impôt, 40 % ont vu leur consommation de cigarettes augmenter, contre 19 % ayant déclaré une diminution.

*Il n'y a pas de différence significative entre les deux groupes quant à l'augmentation et la diminution de la consommation de cigarettes durant la pandémie.*

## Qu'en est-il de l'utilisation de la cigarette électronique?

7 % des répondants montréalais déclarent avoir consommé un produit de vapotage durant la pandémie.

Parmi eux, 36 % ont déclaré vapoter davantage, alors que la proportion de ceux qui ont rapporté avoir diminué leur consommation était de 24 %.



Il est d'abord intéressant de noter une tendance marquée de deux sous-groupes de répondants : ceux qui ont augmenté leur consommation de substances et ceux qui l'ont diminuée. Ces deux groupes présentent-ils des profils différents quant à leur capacité à gérer le stress? Quels traits de personnalité, quelles conditions de vie, quelle capacité de résilience présentent-ils? Il s'agit d'une question de recherche qui mérite exploration et qui pourra faire l'objet d'études ultérieures.

Malgré qu'une part des consommateurs de substances dit avoir diminué sa consommation durant la pandémie, on constate tout de même que ceux qui disent avoir augmenté leur consommation durant la pandémie sont proportionnellement plus nombreux. Ce sont les jeunes consommateurs âgés entre 18 et 34 ans qui ont, dans une plus forte proportion, signalé une augmentation de leur consommation d'alcool ou de cannabis. Autre constat d'importance : les Montréalais seraient plus nombreux qu'avant la pandémie à consommer ces substances de manière quotidienne, ce qui augmente les risques de problèmes reliés à la consommation de substances psychoactives.

Face à la menace constante que constitue la pandémie et aux situations difficiles qu'elle engendre, telles que l'isolement social, les pertes d'emploi et les changements de routine, il est normal que les individus vivent du stress et de l'anxiété. La consommation d'alcool, de drogues et de tabac peut être utilisée comme une stratégie de gestion du stress, de distraction ou d'évitement<sup>7</sup>. Ceci pourrait en partie expliquer la hausse de consommation qui a été constatée. En ce sens, les récents résultats d'une vaste enquête québécoise<sup>8</sup> ont révélé que la consommation d'alcool ou de cannabis a été adoptée comme stratégie de gestion du stress par un grand nombre de personnes durant la pandémie. 4 Montréalais sur 10 (42 %) ont identifié la consommation d'alcool comme un moyen pour gérer leur stress et 16 % ont identifié la consommation de cannabis pour la même raison.

Ainsi, pour contrer cette hausse de consommation de substances, des stratégies plus positives de gestion du stress peuvent être proposées à la population pour faire face à la pandémie. Par exemple, savoir demeurer actif et rester occupé en faisant des activités plaisantes, garder contact avec les amis et la famille tout en maintenant la distanciation physique, etc.<sup>7</sup> sont des stratégies envisageables. Des interventions visant précisément les jeunes adultes, pour lesquels l'impact de la pandémie sur leur santé mentale a été particulièrement grand<sup>3,9</sup> et qui sont nombreux à avoir augmenté leur consommation de substances pendant la pandémie, devraient être déployées.

Plusieurs interventions sont déjà en cours au Québec pour réduire la prévalence de la consommation d'alcool et de drogues, promouvoir une consommation à faible risque<sup>10,11</sup>, retarder l'âge d'initiation à la consommation et réduire les impacts d'une consommation problématique. Ces interventions doivent être maintenues, voire intensifiées dans le contexte de pandémie. Le plan d'action interministériel en dépendance 2018-2028<sup>12</sup> propose des actions visant :

- le développement des capacités des personnes à faire des choix éclairés en matière de consommation d'alcool et de drogues;
- la création d'environnements favorables à une saine gestion de la consommation et à la réduction des conséquences qui y sont associées;
- l'amélioration des politiques publiques favorables à la santé, à la sécurité et au bien-être des personnes et des communautés;
- à assurer des services accessibles, de qualité et continus aux jeunes et aux adultes présentant des comportements à risque ou répondant aux critères d'un trouble lié à l'utilisation d'une substance ainsi qu'à leur entourage (PAID, 2018).

L'institut universitaire sur les dépendances propose plusieurs outils COVID-19 pouvant soutenir les pratiques des intervenants, les gestionnaires du réseau de la santé et des services sociaux, mais également les individus qui veulent gérer leur consommation dans un contexte de pandémie et de confinement<sup>13</sup>.

En ce qui concerne la lutte au tabagisme, des mesures législatives sont en place et plusieurs actions telles que les services gratuits de soutien à la cessation tabagique, les services d'information et les programmes de sensibilisation en milieu scolaire. Ces actions s'inscrivent dans la « Stratégie pour un Québec sans tabac 2020-2025<sup>14</sup> », qui a pour objectif de dénormaliser le tabagisme, de prévenir l'usage de produits du tabac et de vapotage chez les jeunes, l'abandon du tabagisme et la protection contre l'exposition à la fumée secondaire et tertiaire. Dans la situation actuelle, s'ajoute aussi aux nombreux bénéfices habituels liés à l'arrêt tabagique celui de minimiser les risques associés à la COVID-19. Des études devraient aussi être menées afin de déterminer si les non-fumeurs montréalais ont recommencé à fumer durant la pandémie ou si les fumeurs ont cessé ou s'ils ont passé aux produits de vapotage. Ces questions se posent aussi pour la consommation d'alcool et de cannabis.



## Références

- <sup>1</sup> INSPQ (2020). COVID-19 – Pandémie et pratique d'activité physique, sommeil et préoccupation à l'égard du poids. Sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise. 21 juillet. Consulté le 22 juillet.  
Lien : [inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3038-sondage-habitudes-vie-covid19.pdf](https://inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3038-sondage-habitudes-vie-covid19.pdf)
- <sup>2</sup> INSPQ (2020). COVID-19 – Pandémie et inégalités face à la détresse psychologique et l'insécurité alimentaire. Sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise. 16 juillet. Consulté le 17 juillet 2020.  
Lien : [inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3036-inegalites-detresse-psychologique-insecurite-alimentaire-covid19.pdf](https://inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3036-inegalites-detresse-psychologique-insecurite-alimentaire-covid19.pdf)
- <sup>3</sup> Lemieux, V. et Markon, M.-P. (2020). La santé psychologique pendant la pandémie de COVID-19. Direction régionale de santé publique de Montréal. Consulté le 13 août 2020.  
Lien : [santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers/Campagnes/coronavirus/situation-montreal/point-sante/sante-emotionnelle/Sante-psychologique-COVID-19.pdf](https://santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers/Campagnes/coronavirus/situation-montreal/point-sante/sante-emotionnelle/Sante-psychologique-COVID-19.pdf)
- <sup>4</sup> INSPQ (2020). COVID-19 – Pandémie et consommation d'alcool. Sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise. 10 juillet. Consulté le 15 juillet 2020. Lien : [inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3030-sondage-consommation-alcool-covid19.pdf](https://inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3030-sondage-consommation-alcool-covid19.pdf)
- <sup>5</sup> Institut de la statistique du Québec (2019). Seuils du faible revenu, MFR-seuils avant impôt, selon la taille du ménage, Québec, 1996-2017. 15 novembre. Consulté le 08 septembre 2020. Lien : [stat.gouv.qc.ca/statistiques/conditions-vie-societe/revenu/faible-revenu/seuils\\_mfr\\_qcavi.htm](https://stat.gouv.qc.ca/statistiques/conditions-vie-societe/revenu/faible-revenu/seuils_mfr_qcavi.htm)
- <sup>6</sup> Agence de la santé du Canada (2018). Prévenir la consommation problématique de substances chez les jeunes. Octobre. ISSN: 1924-7095. Consulté le 23 septembre 2020. Lien : [canada.ca/fr/sante-publique/nouvelles/2018/10/prevention-de-la-consommation-problematique-de-drogues-chez-les-jeunes.html](https://canada.ca/fr/sante-publique/nouvelles/2018/10/prevention-de-la-consommation-problematique-de-drogues-chez-les-jeunes.html)
- <sup>7</sup> Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (2020). Covid-19, usage d'alcool et de cannabis. Consulté le 13 août 2020.  
Lien : [ccsa.ca/sites/default/files/2020-04/CCSA-COVID-19-Alcohol-Cannabis-Use-Report-2020-fr.pdf](https://ccsa.ca/sites/default/files/2020-04/CCSA-COVID-19-Alcohol-Cannabis-Use-Report-2020-fr.pdf)
- <sup>8</sup> Généreux, M. (2020) Impacts psychosociaux de la pandémie de COVID-19: Résultats d'une large enquête québécoise. Rapport non publié.
- <sup>9</sup> Direction régionale de santé publique de Montréal. Les impacts collatéraux de la pandémie sur les jeunes adultes. 21 septembre 2020.  
Lien : [santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/situation-du-coronavirus-covid-19-a-montreal/point-sante/jeunes-adultes](https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/situation-du-coronavirus-covid-19-a-montreal/point-sante/jeunes-adultes)
- <sup>10</sup> Fischer, B., Russell, C. et collab. (2017). « Lower-risk cannabis use guidelines (LRCUG): An evidence-based update ». American Journal of Public Health, vol. 107, n° 8. DOI: 10.2105/AJPH.2017.303818. Consulté le 6 octobre 2020.  
Lien : [camh.ca/-/media/files/pdfs---reports-and-books---research/canadas-lower-risk-guidelines-cannabis-fr.pdf](https://camh.ca/-/media/files/pdfs---reports-and-books---research/canadas-lower-risk-guidelines-cannabis-fr.pdf)
- <sup>11</sup> Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. (2018). Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada. Consulté le 6 octobre 2020. Lien : [ccsa.ca/sites/default/files/2019-09/2012-Canada-Low-Risk-Alcohol-Drinking-Guidelines-Brochure-fr.pdf](https://ccsa.ca/sites/default/files/2019-09/2012-Canada-Low-Risk-Alcohol-Drinking-Guidelines-Brochure-fr.pdf)
- <sup>12</sup> Gouvernement du Québec. (2018). Prévenir, réduire et traiter les conséquences associées à la consommation de substances psychoactives, à la pratique des jeux de hasard et d'argent et à l'utilisation d'Internet. Plan d'action interministériel en dépendance 2018-2028. La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux. Numéro ISBN : 978-2-550-81727-7. Consulté le 6 octobre 2020.  
Lien : [publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2018/18-804-02W.pdf](https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2018/18-804-02W.pdf)
- <sup>13</sup> Institut universitaire sur les dépendances. (2020). Aide-mémoire pour l'intervention à distance. Consulté le 6 octobre 2020.  
Lien : [iud.quebec/fr/publications-outils/outils-covid-19](https://iud.quebec/fr/publications-outils/outils-covid-19)
- <sup>14</sup> Gouvernement du Québec. (2018). Stratégie pour un Québec sans tabac 2020-2025. La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux. Numéro ISBN: 978-2-550-86177-5. Consulté le 6 octobre 2020.  
Lien : [cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/sante-services-sociaux/publications-adm/strategie/STR\\_19-006-04W\\_MSSS.pdf](https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/sante-services-sociaux/publications-adm/strategie/STR_19-006-04W_MSSS.pdf)

Pour des conseils pour prendre soin de sa santé émotionnelle, visitez la page [santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/soutien-aux-personnes-et-aux-familles-covid-19](https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/soutien-aux-personnes-et-aux-familles-covid-19) OU [santemontreal.ca/coronavirus](https://santemontreal.ca/coronavirus)

**Analyse et rédaction:** Mahamane Ibrahima

**Avec la collaboration de** Camille Poirier-Veilleux, Marie-Pierre Markon, Brigitte Simard, Marie-Andrée Authier, Vicky Springmann, Marlène Ginard, Robert Perreault, Sofia Bulota

**Traitement des données:** Mahamane Ibrahima

**Graphisme :** Linda Daneau

Direction régionale de santé publique de Montréal