
LA VÉRITÉ SUR LA
COCAÏNE
Coke
Poudre
Blanche
Coco
Neige
nonaladrogue.fr

POURQUOI CE LIVRET A-T-IL ÉTÉ PRODUIT

De nos jours, on entend beaucoup parler de la drogue dans la rue, à l'école, sur internet et à la télévision. Certaines choses sont vraies, d'autres pas.

Ce que vous ne savez pas toujours, c'est que ce que vous entendez sur la drogue vient souvent de ceux qui en vendent. D'anciens dealers avouent avoir dit n'importe quoi pour en vendre.

Il vous faut les faits véritables et la vérité sur la drogue afin de pouvoir prendre une décision éclairée au sujet des drogues. Ce livret a donc été préparé à votre intention.

Vos impressions sont importantes à nos yeux, donc faites-nous savoir ce que vous pensez de ce livret. Consultez notre site web **nonaladrogue.fr** et envoyez-nous un e-mail à **info@drugfreeworld.org**.

Avertissement : Ce livret met l'accent sur le danger de la consommation de certaines drogues. L'intention n'est pas de procurer au lecteur un conseil d'ordre médical ni de le dissuader d'avoir recours à un traitement médical.

QU'EST-CE QUE LA COCAÏNE ?

La cocaïne est une drogue stimulante hautement addictive fabriquée à partir des feuilles de la plante de coca, un arbrisseau d'Amérique du Sud. Le terme *cocaïne* désigne la drogue sous forme de poudre ou de cristaux.* Les dealers mélangent souvent la poudre avec des substances comme de la fécule de maïs, du talc, du sucre ou d'autres drogues comme la procaïne (un anesthésique local) ou des amphétamines.

La cocaïne a d'abord été développée comme anesthésique, puis utilisée comme analgésique. Dans la rue, elle est généralement sniffée, la poudre étant absorbée dans le sang par les tissus nasaux. Elle peut également être ingérée ou frottée sur les gencives. Quand la cocaïne est fumée, on parle de *freebasing*.

Certains toxicomanes s'injectent de la cocaïne pour en ressentir les effets plus rapidement, ce qui augmente considérablement le risque de surdose. La cocaïne est parfois mélangée à de l'héroïne ou du fentanyl, un puissant opioïde 50 fois plus fort que l'héroïne. Ces combinaisons sont particulièrement dangereuses et ont causé de nombreux décès par surdose.

*Sous sa forme cristallisée, elle est appelée *crack*. Pour en savoir plus, consultez *La vérité sur le crack* dans cette série.

UNE POUDRE BLANCHE MORTELLE

La cocaïne est une drogue dangereuse. Des études ont montré qu'elle est hautement addictive et qu'elle peut modifier la structure et le fonctionnement du cerveau en cas d'usage répété. Pour beaucoup, il est presque impossible de se libérer de son emprise physique et mentale. La cocaïne stimule des récepteurs clés (des terminaisons nerveuses qui détectent les changements dans le corps) dans le cerveau, créant une sensation temporaire d'euphorie. La tolérance se développe rapidement, ce qui signifie que les consommateurs ont besoin de doses plus élevées et d'une consommation plus fréquente pour essayer d'obtenir le même effet.

Aujourd'hui, la cocaïne est un business mondial qui génère des milliards de dollars. Les consommateurs viennent de tous les milieux économiques, de toutes les professions et de tous les âges, y compris des écoliers dès l'âge de huit ans.

La consommation de cocaïne peut entraîner la mort par insuffisance respiratoire, accident vasculaire cérébral, hémorragie cérébrale (saignement dans le cerveau) ou crise cardiaque. Les bébés nés de mères dépendantes à la cocaïne peuvent eux-mêmes être dépendants et souffrir de malformations congénitales et de problèmes de santé.

Malgré ses dangers, la consommation de cocaïne continue d'augmenter, probablement parce que les consommateurs trouvent qu'il est très difficile de se libérer de cette dépendance.

NOMS COURANTS

Parmi les noms courants de la cocaïne, on trouve :

- Coke
- Neige
- Blanche
- Blow
- C
- Dust
- Cocaïne
- Coke
- Drepou
- Poudre
- Coco
- Caroline
- Paradise
- Snow
- Speedball (mélangée avec de l'héroïne)
- Sucre
- Coca
- Farine

« Vous croyez que la coke va augmenter vos perceptions, qu'elle va vous permettre de vous surpasser, que vous allez pouvoir contrôler les choses. C'est du grand n'importe quoi. Au bout d'un moment, vous ne payez plus vos factures, vous ne vous lavez plus, vous abandonnez vos amis et votre famille. VOUS DEVENEZ SANS DÉFENSE ET SEUL. » — Nigel



STATISTIQUES INTERNATIONALES

La cocaïne est l'une des drogues illégales les plus largement trafiquées. Les données récentes montrent que les saisies mondiales de cocaïne ont continué d'augmenter, atteignant un total de 2 026 tonnes, les plus grandes quantités ayant été interceptées en Amérique du Sud.

Selon l'Observatoire européen des drogues et des toxicomanies, la cocaïne est la deuxième drogue illégale la plus consommée en Europe.

On estime que 2,2 millions de personnes âgées de 15 à 34 ans ont déclaré avoir consommé de la cocaïne au moins une fois au cours de l'année précédente.

Aux États-Unis, l'enquête nationale sur la consommation de drogues et la santé a révélé que 5,5 millions d'Américains âgés de 12 ans et plus avaient consommé de la cocaïne au cours de l'année passée. Parmi les 18-25 ans, 1 sur 20 a déclaré avoir consommé de la cocaïne sous une forme ou une autre au cours de l'année passée.

Une enquête de l'Institut national sur la consommation de drogues a révélé que de plus en plus d'adolescents comprennent les dangers de



Les enquêtes montrent qu'environ la moitié des clients des boîtes de nuit européennes ont pris de la cocaïne.

la consommation de cocaïne ; pourtant, le nombre de décès liés à la cocaïne a doublé en cinq ans.

Un danger croissant est la cocaïne mélangée à des opioïdes de synthèse comme le fentanyl. Les décès par surdose dus à la cocaïne combinée à ces substances ont augmenté plus rapidement que ceux dus à la cocaïne seule.

Mon ami a pris de la drogue pendant quatre ans, dont trois ans de drogues dures comme la cocaïne, le LSD, la morphine et de nombreux antidépresseurs et analgésiques — en fait, tout ce qu'il pouvait se procurer. Il se plaignait tout le temps de TERRIBLES DOULEURS DANS TOUT LE CORPS ET SON ÉTAT N'A FAIT QU'EMPIRER jusqu'à ce qu'il finisse par aller voir un médecin.

« Le médecin lui a dit qu'il ne pouvait rien faire pour lui et que, vu sa dégradation physique, il ne vivrait plus très longtemps. Quelques jours plus tard, il était mort. »
— Dwayne

POURQUOI DEVIENT-ON SI DÉPENDA

La cocaïne, comme l'héroïne et la méthamphétamine*, est l'une des drogues illégales les plus addictives qui soient. Selon le ministère de la Santé et des Services sociaux des États-Unis, 5,5 millions de personnes ont consommé de la cocaïne, y compris du crack, en un an, et environ un million d'entre elles sont devenues dépendantes.



La cocaïne active les centres du plaisir dans le cerveau, provoquant une euphorie temporaire. Les consommateurs développent rapidement une tolérance, ce qui les pousse à consommer davantage de drogue pour obtenir le même effet.

COMBINAISON MORTELLE DE DROGUES

La cocaïne est parfois mélangée à d'autres drogues, notamment des tranquillisants, des amphétamines,† du cannabis et de l'héroïne. Ces combinaisons augmentent considérablement le danger de consommer de la cocaïne. En plus d'augmenter le risque de développer une dépendance à deux drogues, le mélange de substances peut facilement être fatal.

NT DE LA COCAÏNE ?

Je n'avais plus d'avenir. Je ne voyais pas comment je pourrais échapper à ma dépendance à la cocaïne. J'étais perdu. Je "partais en vrille" et je ne pouvais pas m'empêcher de continuer à abuser sérieusement de la cocaïne. J'AVAIS DES HALLUCINATIONS. JE VOYAIS DES ANIMAUX RAMPER SOUS MA PEAU. Je les sentais chaque fois que je me shootais et je me grattais avec la pointe de ma seringue jusqu'à saigner pour les faire sortir. Une fois, je saignais tellement à cause de ça qu'on a dû m'emmener à l'hôpital. » — Susan



* méthamphétamine : un stimulant du système nerveux central (cerveau et moelle épinière) qui crée une forte dépendance

† amphétamine : un stimulant du système nerveux central, souvent appelé *speed*, moins puissant que la méthamphétamine

EFFETS DE LA COCAÏNE

QUELS SONT LES EFFETS À COURT TERME DE LA COCAÏNE ?

La cocaïne produit une euphorie intense de courte durée, immédiatement suivi de l'effet inverse : une profonde dépression, de l'irritabilité et un besoin irrépressible de reprendre de la drogue. Les consommateurs peuvent ne pas manger ou dormir correctement et peuvent ressentir une augmentation considérable du rythme cardiaque, des spasmes musculaires et des convulsions. Même lorsqu'ils ne sont pas sous l'emprise de la drogue, les consommateurs peuvent se sentir paranoïaques*, en colère, hostiles et anxieux.



La consommation de cocaïne augmente le risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral, de crise d'épilepsie ou d'insuffisance respiratoire, qui peuvent tous entraîner une mort subite.

QUELS SONT LES EFFETS À LONG TERME DE LA COCAÏNE ?

Le terme *toxico* (drogué) a été inventé il y a de nombreuses années pour décrire les effets secondaires négatifs d'une consommation régulière de cocaïne. À mesure que la tolérance à la drogue augmente, il devient nécessaire d'en prendre des quantités de plus en plus importantes pour essayer d'obtenir la même euphorie. Une consommation quotidienne prolongée entraîne une privation de sommeil et une perte d'appétit. Une personne peut devenir

* paranoïaque : suspicion, méfiance ou peur extrême et déraisonnable des autres sans preuve ni justification

psychotique et commencer à avoir des hallucinations.

La cocaïne modifie le traitement chimique du cerveau, ce qui donne aux consommateurs l'impression qu'ils en ont besoin pour fonctionner normalement. La dépendance à la cocaïne, comme avec d'autres drogues, entraîne une perte d'intérêt pour d'autres aspects de la vie.

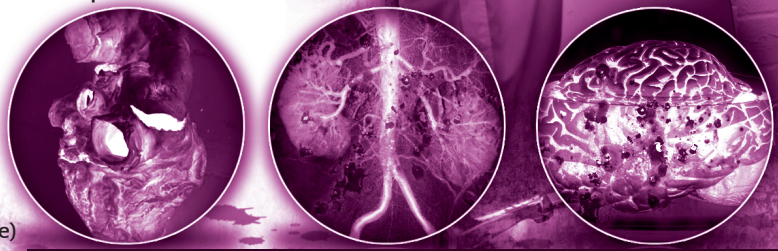
La descente de cocaïne provoque une dépression sévère, qui peut pousser les gens à faire presque n'importe quoi pour en obtenir davantage.

S'ils ne peuvent pas obtenir plus de cocaïne, la dépression peut mener à la violence ou au suicide.

« Ne touchez pas à la cocaïne. J'ai passé deux ans en prison à cause de cette drogue. ET QUAND JE SUIS SORTIE, LA VIE ÉTAIT SI DURE QUE J'AI RECOMMENCÉ À EN PRENDRE. Je connais 10 filles qui sont devenues prostituées à cause de la coke. C'est bien plus extrême et dégradant qu'on ne le croit. Sur le moment, on ne se rend pas compte à quel point ça nous détruit. »
— Shawne

EFFETS À COURT TERME

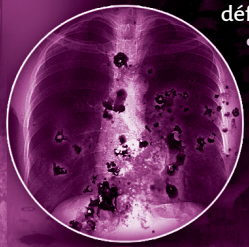
- Perte d'appétit
- Augmentation du rythme cardiaque, de la pression artérielle, de la température corporelle
- Vaisseaux sanguins contractés
- Respiration plus rapide
- Pupilles dilatées
- Troubles du sommeil
- Nausée
- Hyper-stimulation
- Comportement bizarre, incohérent, quelquefois violent
- Hallucinations, nervosité excessive, irritabilité
- Sensation de fourmillements sous la peau
- Euphorie intense
- Anxiété et paranoïa
- Dépression
- Forte envie de drogue
- Panique et psychose
- Convulsions, crises d'épilepsie et mort subite dues à des doses élevées (même après une seule prise)



La cocaïne peut endommager le cœur, les reins, le cerveau et les poumons.

Effets à long terme

- Dommages permanents aux vaisseaux sanguins du cœur et du cerveau
- Hypertension artérielle entraînant des crises cardiaques, des AVC et la mort
- Foie, reins et poumons endommagés
- Lésions des tissus nasaux si sniffée
- Insuffisance respiratoire si fumée
- Maladies infectieuses et abcès si injectée
- Malnutrition, perte de poids
- Graves caries dentaires
- Hallucinations (auditives, tactiles)
- Dysfonctionnement sexuel et organes de reproduction déficients, stérilité (hommes et femmes)
- Désorientation, apathie, confusion menant à l'épuisement
- Sautes d'humeur et irritabilité
- Comportement à risque
- Délire ou psychose
- Dépression sévère
- Tolérance et addiction (même après une seule prise)



LES ENFANTS : VICTIMES INNOCENTES DE LA COCAÏNE

Les gens disent souvent : « Je prends de la drogue, mais ça ne regarde que moi ! » Cependant, la consommation de drogue fait toujours des victimes innocentes : les personnes blessées par des toxicomanes qui commettent des délits pour financer leur addiction et celles qui meurent dans des accidents de la route causés par des conducteurs sous l'emprise de la cocaïne.

Les victimes les plus tragiques de la cocaïne sont les bébés nés de mères qui en ont consommé pendant leur grossesse. Rien qu'aux États-Unis, des dizaines de milliers de bébés naissent chaque année après avoir été exposés à la cocaïne. Même ceux qui ne naissent pas dépendants présentent souvent des problèmes physiques, notamment une naissance prématurée, un faible poids à la naissance, un retard de croissance, des malformations congénitales et des lésions du système nerveux.

Les bébés de faible poids à la naissance ont 20 fois plus de risques de mourir au cours de leur premier mois de vie que ceux de poids normal, et ils sont plus susceptibles de souffrir de handicaps intellectuels et de lésions cérébrales toute leur vie.

L'impact de cette tragédie humaine n'a pas encore été pleinement mesuré.

COCAÏNE : UNE BRÈVE HISTOIRE

La coca est l'un des plus anciens et des plus puissants stimulants naturels. Il y a environ 5 000 ans, les anciens Incas des Andes mâchaient des feuilles de coca pour augmenter leur rythme cardiaque et leur respiration afin de s'adapter à l'air raréfié des montagnes.

Les autochtones péruviens mâchaient des feuilles de coca uniquement lors de cérémonies religieuses. Cela changea lorsque les soldats espagnols envahirent le Pérou en 1532 et donnèrent de la coca aux Indiens qu'ils forçaient à travailler dans les mines d'argent, car cela les rendait plus faciles à contrôler et à exploiter.

Le chimiste allemand Albert Niemann isola pour la première fois la cocaïne des feuilles de coca en 1859. Elle devint populaire dans le milieu médical dans les années 1880.

Le psychanalyste autrichien Sigmund Freud, qui consommait lui-même cette drogue, fut le premier à promouvoir largement la cocaïne comme un tonique pour soigner la dépression et l'impuissance sexuelle.



Ce qui a commencé comme une tradition religieuse dans les Andes s'est transformé en toxicomanie dans le monde entier.

En 1884, il publia l'article « Über Coca » (« À propos de la coca »), qu'il qualifia de « magique ». Bien qu'il en ait noté les dangers, Freud la recommanda tout de même à des amis proches. L'un d'eux eut de sévères hallucinations, voyant « des serpents blancs ramper sur sa peau ». Freud pensait que « la dose toxique [de cocaïne] est très élevée, et il semble qu'il n'existe pas de dose létale », mais au moins un de ses patients mourut d'une forte dose qu'il lui avait prescrite.

En 1886, John Pemberton ajouta des feuilles de coca à son nouveau soda, le Coca-Cola.

Les effets énergisants de la boisson la rendirent très populaire, mais en 1903, sous la pression de l'opinion publique, la société fut contrainte de retirer la cocaïne de son soda.

Des années 1850 au début des années 1900, les produits contenant de la cocaïne et de l'opium étaient largement utilisés par des personnes de toutes les classes sociales.

Avec l'augmentation de sa consommation, les hôpitaux et la littérature médicale commencèrent à signaler des cas de lésions nasales causées par l'inhalation de cocaïne.

La cocaïne était populaire dans l'industrie du cinéma muet, et Hollywood en faisait la promotion, influençant des millions de personnes.

En 1912, les États-Unis ont signalé 5 000 décès liés à



la cocaïne en une seule année. La drogue a été interdite dans la décennie qui a suivi.

La cocaïne est redevenue populaire dans les années 1970, notamment parmi les artistes et les hommes d'affaires. La drogue semblait être le compagnon parfait pour un super « trip ». Dans certaines universités américaines, le pourcentage d'étudiants ayant essayé la cocaïne a été multiplié par dix.

À la fin des années 1970, les trafiquants de drogue colombiens ont mis en place des réseaux pour faire passer la cocaïne en contrebande aux États-Unis.

À la fin des années 1980, la cocaïne n'était plus seulement la drogue de prédilection des riches ; elle était connue comme la drogue la plus dangereuse et la plus addictive d'Amérique, associée à la pauvreté, au crime et à la mort.

Au début des années 1990, les cartels de la drogue colombiens produisaient et exportaient chaque année entre 500 et 800 tonnes de cocaïne vers les États-Unis, mais aussi vers l'Europe et l'Asie. Les agences de maintien de l'ordre ont démantelé les principaux cartels au milieu des années 1990, mais de plus petits groupes ont émergé. Aujourd'hui, plus de 300 organisations connues de contrebande de drogue opèrent en Colombie.

La cocaïne reste l'une des drogues illégales les plus trafiquées au monde, malgré son histoire d'addiction, de perte de vies humaines et de crimes violents associés aux criminels qui la trafiquent.

CE QUE LES DEALERS VOUS DIRONT

Lorsque des adolescents ont été interrogés pour savoir pourquoi ils avaient commencé à se droguer, 55 pour cent ont répondu qu'ils l'avaient fait suite à des pressions de leurs amis. Ils voulaient être cools et populaires. Les dealers le savent.

Ils s'approcheront de vous en tant qu'ami et vous proposeront de vous « aider » avec « quelque chose qui vous remontera ». La drogue vous « aidera à vous intégrer » ou « vous rendra cool ».

Les dealers, motivés par l'argent, diront n'importe quoi pour que vous achetiez leurs drogues. Ils vous diront que « la cocaïne fera de votre vie une fête ».

Ils se fichent que la drogue ruine votre vie tant qu'ils sont payés. Tout ce qui les intéresse, c'est l'argent. D'anciens dealers admettent qu'ils considéraient les acheteurs comme des « pions dans une partie d'échecs ».

Obtenez les faits sur la drogue. Prenez vos propres décisions.



Avec la coke, vous êtes comme un papillon de nuit attiré par la lumière. Elle vous attire de plus en plus et vous ne pouvez pas vous en empêcher. Ce n'est pas physique. C'est dans votre tête. Plus vous en avez, plus vous en prenez. Je m'en injectais toutes les 10 minutes. J'ai emprunté de l'argent à la banque pour en acheter. Un jour, je me suis retrouvée au chômage. C'était pire. Je me shootais tout le temps. CE TRUC M'A RENDU FOLLE. JE LE SAVAIS, MAIS J'AI CONTINUÉ. JE SUIS DEVENUE UNE VRAIE LOQUE. » — Marilyn

La vérité sur la drogue

Les drogues sont essentiellement des poisons. L'effet dépend de la quantité consommée.

Une faible quantité agit comme un stimulant (vous excite). Une quantité plus grande agit comme un sédatif (diminution de l'activité). Une quantité encore plus grande agit comme un poison et peut entraîner la mort.

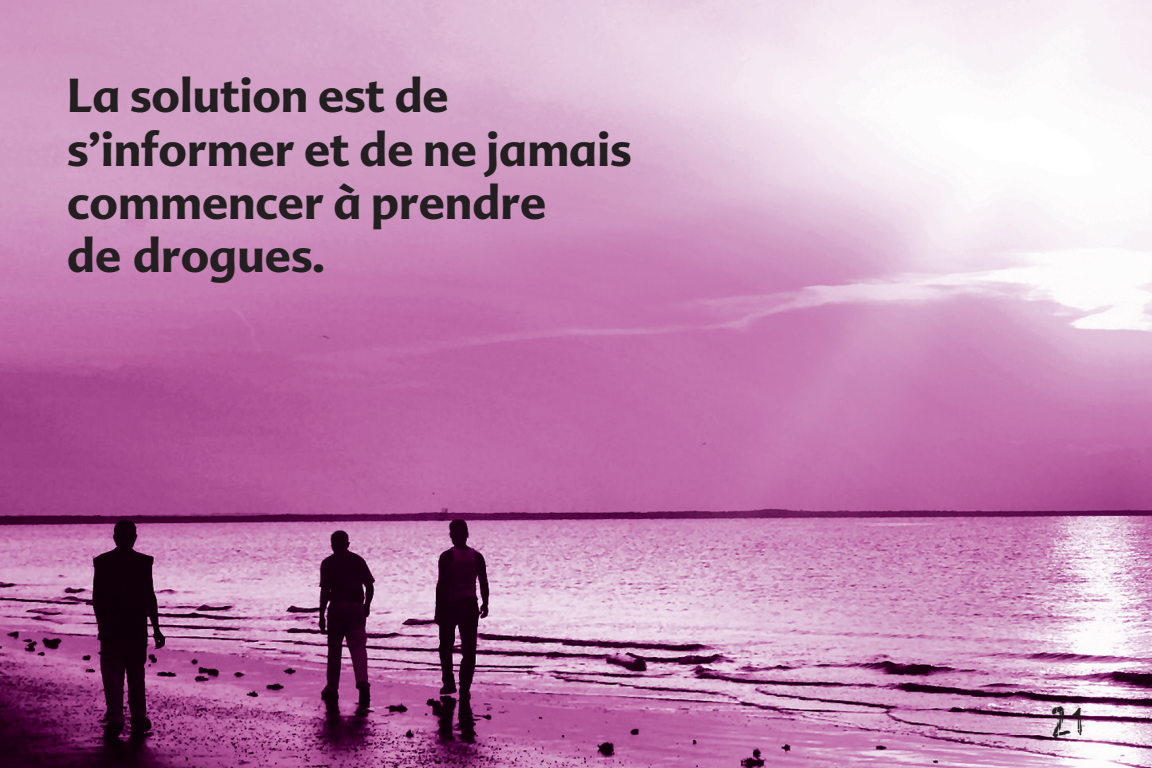
Cela est vrai pour n'importe quelle drogue. La seule chose qui change, c'est la quantité nécessaire pour obtenir un effet.

Mais beaucoup de drogues présentent un autre risque : elles affectent directement le mental. Elles peuvent modifier la perception de l'utilisateur par rapport à ce qui se passe autour de lui. Résultat, les actions de la personne peuvent s'avérer bizarres, irrationnelles, inappropriées, voire destructrices.

Les drogues bloquent aussi toutes les sensations, désirables ou non. Ainsi, tout en apportant une aide à court terme en soulageant la douleur, elles effacent également toute capacité et vivacité en troublant la pensée.

Les médicaments sont des drogues destinées à accélérer, ralentir ou modifier le fonctionnement du corps, pour l'améliorer. Ils sont parfois nécessaires. Mais cela reste des drogues : ils agissent en tant que stimulants ou sédatifs, et en prendre trop peut vous tuer. Aussi, si vous ne prenez pas ces médicaments en respectant leur prescription, ils peuvent s'avérer aussi dangereux que des drogues illégales.

La solution est de s'informer et de ne jamais commencer à prendre de drogues.



POURQUOI LES GENS PRENNENT-ILS DE LA DROGUE ?

Les gens prennent de la drogue parce qu'ils veulent changer quelque chose dans leur vie.

Voici quelques-unes des raisons données par les jeunes :

- Pour se sentir dans le coup
- Pour s'évader ou se relaxer
- Par ennui
- Pour se sentir adulte
- Pour se rebeller
- Pour faire une expérience

Ils pensent que la drogue est une solution. Mais finalement, la drogue devient le problème.

Aussi difficile que cela puisse être de faire face à ses problèmes, les conséquences de la consommation de drogues sont toujours pires que le problème que l'on essaie de résoudre en en prenant. La solution est de s'informer et de ne jamais commencer à prendre de drogues.



Des millions de livrets comme celui-ci ont été distribués dans le monde, en plus de 20 langues.



Au fur et à mesure que de nouvelles drogues apparaissent et que l'on découvre leurs effets, les livrets existants sont mis à jour et de nouveaux sont créés.

Les livrets sont publiés par la Foundation for a Drug-Free World, association d'utilité publique à but non lucratif basée à Los Angeles, en Californie.

La fondation fournit des documents d'information et des conseils, et coordonne la prévention à travers son réseau international. Elle travaille avec des jeunes, des parents, des éducateurs, des associations et des agences gouvernementales — tous ceux qui veulent aider les gens à mener une vie sans drogue.

RÉFÉRENCES :

Pour avoir d'autres informations sur les sources utilisées pour compiler ce livret, merci de consulter le site nonaladrogue.fr/drugfacts/references.html.

CRÉDITS PHOTOS : pages 2, 8 : Corbis ; page 16 : Freud Museum Photo Library

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Ce livret fait partie d'une série de brochures d'information sur les drogues les plus courantes comme le cannabis, l'alcool, le fentanyl, les drogues de synthèse, l'ecstasy, la cocaïne, le crack, le crystal meth et la méthamphétamine, les drogues par inhalation, l'héroïne, le LSD, ainsi que l'abus de médicaments sur ordonnance. Muni de ces informations, le lecteur peut prendre la décision de mener une vie sans drogue.

Pour faire des cours en ligne gratuits ou pour vous connecter à un chapitre Un Monde Sans Drogue dans votre région, allez sur Nonaladrogue.fr

Fondation pour un Monde Sans Drogue
Nonaladrogue.fr • info@drugfreeworld.org
+1 (888) 668-6378 • +1 (818) 952-5260

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Scannez ici pour télécharger le livret

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Tous droits réservés. La vérité sur la drogue et le Logo de la Foundation for a Drug-Free World (Fondation pour un Monde Sans Drogue) sont des marques de fabrique détenues par la Foundation for a Drug-Free World et utilisées avec sa permission.
Imprimé aux États-Unis par DC, 6130 Sheila St., Commerce, CA 90040 USA.#S001562 - FRENCH (NON-FRA)