
LA VÉRITÉ SUR LA
CONSOMMATION ABUSIVE DE
RITALINE
TAKE 1 TAB
MORNING
RITALIN
R-ball
Rids
Smarties
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 Ritaline ?

La Ritaline, l'un des premiers « médicaments pour étudier », est le nom commun du *méthylphénidate*, un médicament classé par la Drug Enforcement Administration (DEA) comme une substance de l'annexe II, la même catégorie que la cocaïne, la morphine et les amphétamines.* Elle est souvent consommée par les adolescents pour ses effets stimulants.

Même lorsqu'elle est prescrite, la Ritaline peut provoquer des effets secondaires graves, notamment de la nervosité, de l'insomnie, une perte d'appétit, des modifications du pouls, des problèmes cardiaques et une perte de poids. Le fabricant avertit que les consommateurs peuvent en devenir dépendants.

Alors que la consommation abusive de Ritaline se répandait, de nombreux autres « médicaments pour étudier » comme l'Adderall, le Concerta, le Metadate, la Dexedrine, le Focalin et le Vyvanse ont fait leur apparition sur le marché. Ces médicaments, également des stimulants, ont des effets similaires. En 2020, l'Adderall — un mélange de deux types d'amphétamine — était plus souvent consommé de manière abusive que la Ritaline.



La Food and Drug Administration (FDA) des États-Unis a émis un avertissement de santé publique selon lequel la Ritaline et les médicaments similaires peuvent provoquer des hallucinations, des pensées suicidaires, des comportements psychotiques, de l'agressivité et de la violence.

* amphétamine : un puissant stimulant du système nerveux central (cerveau et moelle épinière), souvent appelé *speed*



Noms courants de la Ritaline

- Coke de régime
- Cocaïne pour enfants
- Coke pour enfants
- Cocaïne du pauvre
- R-ball
- Rids
- Skittles
- Smarties
- Vitamine R

La cocaïne du pauvre

Une agence de la lutte contre la drogue a témoigné devant le Congrès au sujet des effets des médicaments pour le TDAH et a cité des études sur des animaux et des humains à qui on avait donné de la cocaïne et de la Ritaline. Les participants du test n'ont pas pu faire la différence entre les deux. L'agence a conclu que « leurs effets sont presque identiques ».

La Ritaline, l'Adderall et d'autres médicaments similaires sont faciles à se procurer et ne coûtent pas cher. Les pilules sont souvent obtenues grâce à l'ordonnance de quelqu'un, volées ou obtenues frauduleusement, puis vendues entre 1 et 20 dollars pièce.

Étant donné que ces médicaments sont des stimulants, ils sont chimiquement similaires à la cocaïne. Injectées sous forme liquide, ils procurent un rush puissant dont les toxicomanes raffolent.



Les sujets de l'expérience à qui l'on avait administré de la cocaïne et de la Ritaline n'ont pas fait la différence.

Quelques faits sur les « médicaments pour étudier »



La Ritaline se présente sous forme de pilule. Les comprimés de Ritaline de 5 mg sont jaune pâle, ceux de 10 mg sont vert pâle et ceux de 20 mg sont soit blancs, soit jaune pâle. Tous sont estampillés de chiffres indiquant le dosage.

Il existe de nombreuses formes et dosages différents d'Adderall, de Concerta et de Vyvanse.

Les « médicaments pour étudier » stimulent le système nerveux du corps. Cependant, même les fabricants admettent que personne ne sait vraiment comment ces médicaments fonctionnent : « Le mode d'action chez l'homme n'est pas complètement compris. »

Les toxicomanes écrasent les comprimés pour en faire de la poudre afin de la « sniffer ». Le médicament est soluble dans l'eau, ce qui permet de le transformer facilement en liquide injectable.

Comme le remarque le bureau des narcotiques : « Les produits pharmaceutiques détournés de leur usage légitime sont les seules sources de méthylphénidate disponibles pour se droguer. » En d'autres termes, chaque comprimé de ce médicament qui est détourné provient du fabricant — aucun n'est fabriqué dans la rue.





Maintenant, je suis devenu tolérant et je dois prendre deux à trois comprimés de 20 mg pour planer. Je reconnais ma dépendance. Je suis devenu un "camé" ou un zombie. » — Alex

Trouver des « médicaments



Malheureusement, la Ritaline, l'Adderall et tous les autres médicaments prescrits pour les problèmes de concentration et l'hyperactivité se trouvent presque partout. Que vous soyez à l'université, au lycée ou au collège, vous pourrez probablement en trouver auprès des dealers (copains d'école) intéressés par des gains faciles.

Dans certaines écoles, jusqu'à 25 % des élèves prennent régulièrement l'un de ces médicaments. La Drug Enforcement Administration a découvert que de nombreuses écoles possédaient plus de ces médicaments que la pharmacie du quartier.

Pourquoi l'abus de « médicaments pour étudier » est-il si courant ? Il est si facile pour un « ami » de prendre les pilules prescrites à son petit frère et de les revendre pour 5 dollars le comprimé.

Et si un élève veut se procurer rapidement une dose, il va voir l'infirmière de l'école en lui disant qu'il a un « problème pour étudier » et qu'il « ne peut pas se concentrer », dans le but de se faire prescrire des médicaments. Il obtient une ordonnance et fait des réserves de pilules pour plus tard, distribuant les pilules supplémentaires à ses amis.

Bien que la loi interdise la libre circulation de ces puissants stimulants*, ils sont malheureusement disponibles sans restriction à peu près partout. La cocaïne pour enfants, comme on l'appelle, est distribuée comme des bonbons.

* stimulant : un médicament qui provoque une énergie immédiate et une vigilance accrue, mais qui s'accompagne d'une augmentation de la pression sanguine et du rythme cardiaque et respiratoire

pour étudier »



Les symptômes d'une quasi-surdose se manifestent. La personne devient hyper, hyper-sensible, hyper-alerte, avec des changements d'humeur intenses. C'est dingue. » — Jake



Comment l'abus commence

Au début, ça semble si simple. Un élève est un peu en retard dans ses études. Un examen approche et il doit se préparer. Il devra veiller tard pour avoir une chance d'avoir la moyenne. Le café stimule, mais plusieurs de ses amis prennent des pilules qui leur procurent l'énergie supplémentaire dont ils ont besoin. Pourquoi pas ? Quelques dollars ; une pilule ; une nuit entière d'étude ; une sensation de « concentration ».

C'est peut-être comme ça que ça commence, mais ce n'est souvent pas comme ça que ça finit.

Certains étudiants coupent la Ritaline et la sniffent comme de la cocaïne pour une absorption plus rapide. « Ça te garde éveillé pendant des heures, » a dit un consommateur.

Et comme avec la cocaïne ou tout autre stimulant, cette agréable « sensation d'être au top » est

inévitablement suivie d'une « descente », d'un sentiment d'épuisement, de dépression et de vigilance amoindrie. Un étudiant sous Adderall a raconté qu'un sentiment de « clarté absolue » s'était transformé en un état de « déprime et d'épuisement » le lendemain. Comme l'a dit un autre consommateur : « En général, je tombe dans un coma de déprime après. »

Et, bien sûr, le consommateur ne tarde pas à découvrir que ce sentiment de déprime peut être soulagé avec « l'aide » d'une autre pilule qui le remet sur pied. Et ainsi de suite.

Ensuite, il peut s'agir de doses plus importantes ou de sniffer le produit pour un effet plus intense. La tolérance augmente, donc la personne doit en prendre plus. À fortes doses, la Ritaline, l'Adderall et d'autres stimulants peuvent provoquer des convulsions, des maux de tête et des hallucinations. Cette puissante substance de type amphétamine peut même entraîner la mort, comme dans les nombreux cas tragiques d'enfants décédés d'une crise cardiaque causée par des dommages liés à ces médicaments.

J'ai essayé la Ritaline pour la première fois quand j'avais 13 ans. On me l'a prescrite — ils pensaient que j'avais un léger TDA [trouble du déficit de l'attention] parce que je faisais semblant d'en avoir un pour justifier mes mauvais résultats scolaires. Je ne me suis jamais rendu compte que je devenais accro, et puis je n'étais pas différent de n'importe quel autre consommateur de drogue habituel.

« Je prenais environ 40 mg par jour et je sentais que ça me mettait au sommet de mes capacités. Je restais éveillée pendant plusieurs jours d'affilée, au point de subir un grave épisode psychotique. C'était terrifiant ! Tout semblait fondre et se transformer, et j'étais terrifiée. » — Andrea

Les effets dévastateurs des stimulants sur ordonnance

Ces substances de type amphétamine provoquent les mêmes effets sur le corps que les autres formes de speed : perte d'appétit, insomnie, accélération du rythme cardiaque. L'abus de ces drogues à fortes doses, surtout par injection ou par sniff, met encore plus le corps à rude épreuve. Le stress sur le cœur peut être fatal.

Prenons le cas d'un adolescent, consommateur de Ritaline depuis longtemps, qui s'est effondré un jour alors qu'il faisait du skateboard — victime d'une crise cardiaque.

Une injection de Ritaline a un effet destructeur supplémentaire sur le corps. Bien que le composé chimique méthylphénidate se dissolve complètement dans l'eau, les comprimés contiennent également de minuscules particules de substance inactive insolubles. Ces matières solides bloquent les petits vaisseaux sanguins lorsqu'elles sont injectées dans le sang, causant de graves dommages aux poumons et aux yeux.

Outre les effets physiques, l'usage de ce médicament, même à court terme, peut également provoquer de graves troubles émotionnels. Les hallucinations et le comportement psychotique ne sont pas rares.

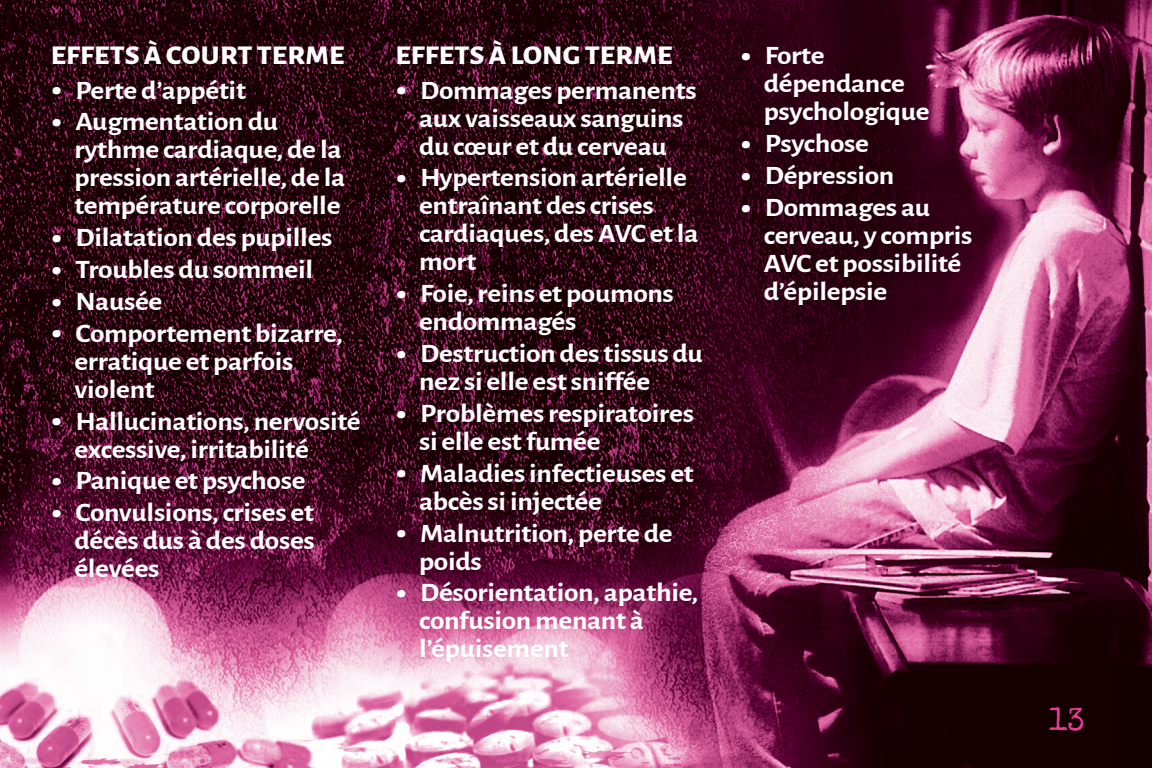
Un chercheur au Texas a découvert que chacun des douze enfants « traités » avec de la Ritaline présentait des anomalies génétiques associées à un risque accru de cancer.

EFFETS À COURT TERME

- Perte d'appétit
- Augmentation du rythme cardiaque, de la pression artérielle, de la température corporelle
- Dilatation des pupilles
- Troubles du sommeil
- Nausée
- Comportement bizarre, erratique et parfois violent
- Hallucinations, nervosité excessive, irritabilité
- Panique et psychose
- Convulsions, crises et décès dus à des doses élevées

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
- Destruction des tissus du nez si elle est sniffée
- Problèmes respiratoires si elle est fumée
- Maladies infectieuses et abcès si injectée
- Malnutrition, perte de poids
- Désorientation, apathie, confusion menant à l'épuisement
- Forte dépendance psychologique
- Psychose
- Dépression
- Dommages au cerveau, y compris AVC et possibilité d'épilepsie



Les « médicaments pour étudier » mènent à d'autres drogues



La consommation de Ritaline et d'autres stimulants entraîne une accoutumance, ce qui peut pousser à prendre des drogues plus fortes pour obtenir le même effet.

Ces médicaments ne conduisent pas en eux-mêmes à d'autres drogues. Les gens prennent des drogues pour se débarrasser de situations ou de sensations indésirables. La drogue masque la difficulté pendant un certain

L'HISTOIRE DE KURT : La légende du rock Kurt Cobain a commencé à prendre de la Ritaline à l'âge de sept ans. Sa veuve, Courtney Love, est convaincue que c'est le fait d'avoir pris ce médicament qui l'a amené à prendre plus tard des drogues plus fortes. Il s'est suicidé en 1994. Courtney s'est également vu prescrire de la Ritaline lorsqu'elle était enfant. Elle a décrit l'expérience de cette façon : « Quand vous êtes enfant et que vous recevez ce médicament qui vous fait ressentir cette sensation [euphorique], vers quoi allez-vous vous tourner une fois adulte ? »

temps (quand le consommateur est dans un état euphorique). Quand cet état se dissipe, le problème, la condition ou le sentiment indésirable réapparaissent avec une plus grande intensité. Le consommateur peut alors se tourner vers des drogues plus fortes, car le stimulant « ne fonctionne plus ».

Une étude des Instituts nationaux de la Santé des États-Unis a révélé que les consommateurs de stimulants à des fins non médicales étaient plus susceptibles de prendre d'autres drogues et de souffrir d'un trouble lié à l'usage de substances. Les Centres de contrôle et de prévention des maladies notent que, lorsque les jeunes font un mauvais usage des médicaments sur ordonnance, ils courent un risque plus élevé de problèmes de santé mentale et de suicide, et sont plus enclins à la violence.

Justifications fréquentes

(Ne tombez pas dans le piège) :

De nombreuses raisons sont avancées pour justifier le fait de prendre ces drogues puissantes.

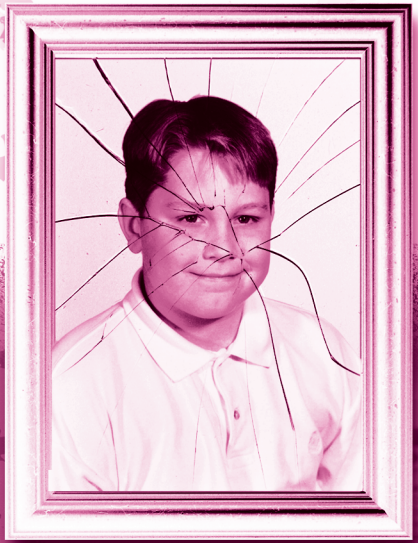
- **Tout le monde en prend.**
- **C'est juste pour étudier.**
- **Mon frère en prend pour un trouble de l'apprentissage. Ça ne peut pas être si mauvais.**
- **Ça ne crée pas de dépendance.**
- **Vous pouvez le contrôler. Vous n'êtes pas obligé d'en reprendre si vous ne le voulez pas.**

Ne laissez pas les autres — y compris vos amis — vous entraîner dans le piège.

MORT par Ritaline

Des doses élevées de Ritaline entraînent des symptômes similaires à ceux de l'abus d'autres stimulants, notamment des tremblements et des spasmes musculaires, de la paranoïa* et la sensation d'avoir des insectes ou des vers qui rampent sous la peau.

Un jeune de 17 ans, après avoir sniffé des pilules de Ritaline écrasées et être resté éveillé pendant des jours, est devenu psychotique, a tué ses parents et a grièvement blessé ses frères et sa sœur avec une hachette.



L'HISTOIRE DE MATTHEW :

Matthew était un adolescent qui prenait de la Ritaline depuis sept ans. Il est mort subitement en mars 2000. Bien qu'il n'ait jamais eu de problèmes cardiaques, l'autopsie a révélé des signes évidents de lésions des petites artères. Un des médecins légistes a expliqué à ses parents que le cœur d'un homme adulte en bonne santé pèse environ 350 grammes. Le cœur de Matthew pesait 402 grammes. Son certificat de décès indique : « Mort causée par l'usage prolongé de méthylphénidate (Ritaline). »

* paranoïa : suspicion, méfiance ou peur extrêmes et déraisonnables envers les autres, sans preuve ni justification

Un étudiant de 21 ans du Tennessee a commencé à consommer de manière abusive de l'Adderall et est devenu de plus en plus paranoïaque. Sa descente aux enfers s'est terminée lorsqu'il s'est jeté sous un train et a mis fin à ses jours.

Même l'étiquette d'avertissement de la Food and Drug Administration sur l'Adderall indique que l'abus « peut entraîner une surdose et la mort ».

EN ABUSER EST UN DÉLIT

Aux États-Unis, l'usage abusif d'un stimulant prescrit est passible de lourdes sanctions pénales. Les sanctions infligées lors d'une première infraction pour trafic de Ritaline (dont vous seriez coupable même si vous ne donniez qu'une ou deux pilules à un ami) peuvent aller jusqu'à 20 ans de prison ou à des amendes pouvant atteindre 1 million de dollars.

Si le trafic entraîne la mort ou des blessures graves, la condamnation peut aller de 20 ans à la perpétuité.



Je me rends compte que mon intérêt pour le speed et ma dépendance ont commencé quand on m'a prescrit de la Ritaline. Au début, c'était tous les week-ends. Puis c'était tous les jours.

« J'ai commencé à avoir des hallucinations d'oiseaux volant au-dessus de ma tête, à ressentir la présence de gens dans la même pièce que moi alors que j'étais seul, et à avoir les premiers signes de paranoïa. J'ai fini toute l'ordonnance de dexédrine [de mon ami] en une semaine. Puis je suis revenu à ma Ritaline et j'ai continué comme ça.

« Je ne me souviens pas grand-chose de ma terminale. Mais je me rappelle avoir été complètement déprimé et incapable de comprendre pour quelle raison c'était pire que jamais en classe. J'ai tout juste réussi à passer mon bac et je n'avais fait absolument aucun plan pour aller à l'université.

« À la dernière minute, je me suis inscrit à la fac locale. J'ai réussi à rester clean pendant environ 17 jours avant que le besoin de speed ne prenne le dessus. J'ai suivi les cours pendant une semaine et j'ai échoué lamentablement. »
— Sam

La portée de la consommation abusive de Ritaline



Le détournement de psychotropes normalement délivrés sur ordonnance comme la Ritaline et l'Adderall est en augmentation.

Dans certaines écoles, jusqu'à 1 élève sur 4 a abusé illégalement de l'un de ces médicaments au cours de l'année écoulée, c'est-à-dire qu'il l'a utilisé sans ordonnance ou pour des raisons non médicales.

Un facteur majeur contribuant à l'abus est l'augmentation massive du nombre d'ordonnances de Ritaline et d'autres stimulants.

Aux États-Unis, le nombre de prescriptions de stimulants a explosé, passant d'environ 5 millions en 1991 à près de 35 millions en 2007. Il a continué d'augmenter pour atteindre 79 millions en 2022.

Le nombre de personnes se rendant aux urgences à cause de l'un de ces médicaments était presque six fois plus élevé que dix ans auparavant.

En huit ans, 8 240 décès aux États-Unis ont été causés par une forme d'amphétamine sur ordonnance et 295 décès ont été causés par le méthylphénidate.

« À la fin, je prenais un tas d'amphétamines plus fortes qui m'ont complètement déprimé. Je n'en aurais peut-être pas pris si je n'avais pas commencé à prendre de la Ritaline. »
— Andy





En 2018, presque 6 fois plus de consommateurs de drogues stimulantes admis aux urgences qu'en 2008



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.

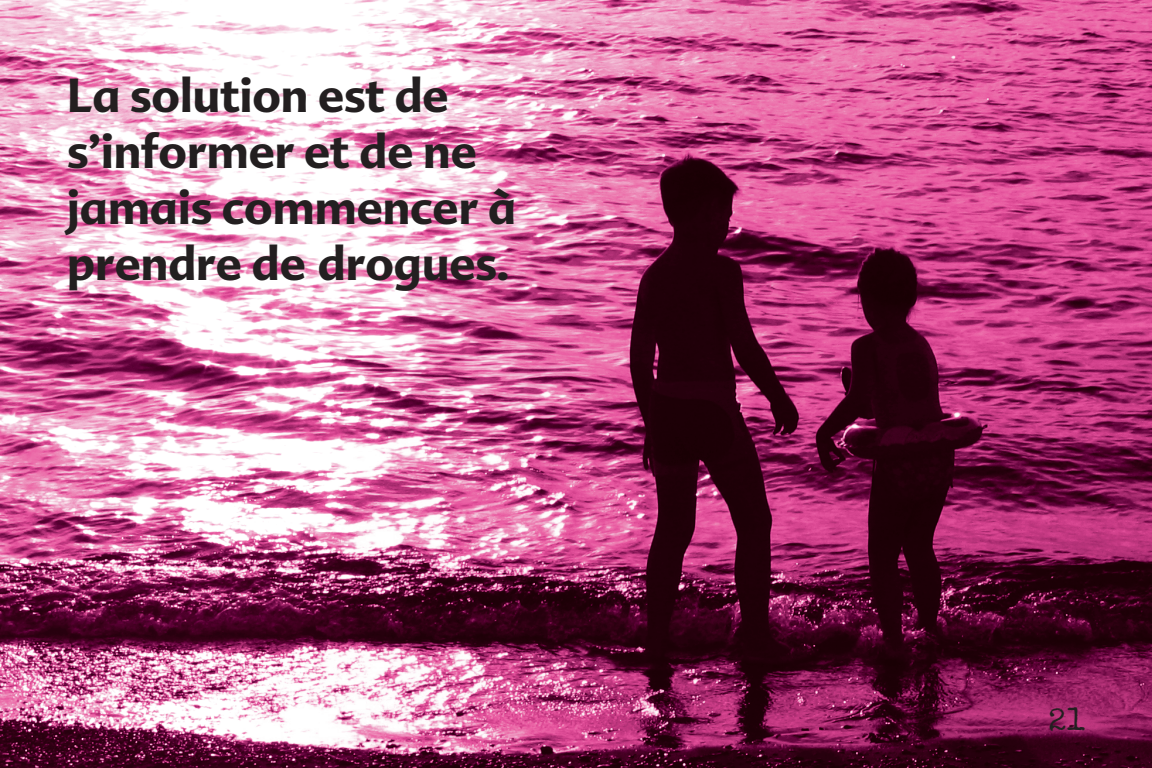
Cela est vrai pour n'importe quelle drogue. La seule chose qui change, c'est la quantité nécessaire pour obtenir un effet.

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 : page 5 : ITAR-Tass ; pages 8, 9 : istockphoto.com, Matty Symons

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)