



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Comblers les lacunes en matière de recherche sur le cannabis et la santé mentale

2

Les possibilités d'avenir en
ce qui concerne la recherche,
les pratiques et les politiques

Au cours des cinq dernières années, la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) a dirigé un programme de recherche pancanadien visant à évaluer les répercussions de la légalisation et de la consommation de cannabis sur la santé mentale de diverses populations. Le présent document fait la synthèse des lacunes et des possibilités que les équipes de recherche ont recensées. Leurs constats laissent entendre que des décennies de prohibition du cannabis ont marqué durablement les travaux de recherche et les données probantes qui continuent d'influer sur les connaissances et les perceptions de la population concernant l'usage du cannabis et la santé mentale – et bien des aspects restent encore méconnus.



1. Des recherches soutenues sont nécessaires, en particulier avec des populations et des méthodes diversifiées.

- ✓ Plusieurs projets se sont intéressés au rôle des traumatismes dans l'usage du cannabis, la santé mentale et la douleur, mais il faut approfondir la recherche pour bien saisir cette relation (Afifi, 2021).
- ✓ Il faut davantage d'études à long terme et d'essais contrôlés randomisés sur des échantillons de plus grande taille si l'on veut vérifier l'efficacité thérapeutique du cannabidiol (CBD) et d'autres cannabinoïdes dans les cas d'affections physiques et mentales et déterminer les effets potentiels des interactions entre le cannabis et d'autres médicaments (Grover, 2021; Le Foll et coll., 2021; Robillard, 2021; Shield, 2021).
- ✓ Des recherches supplémentaires sont également indispensables pour explorer les nuances de l'usage du cannabis chez les jeunes, en particulier autour de l'usage à moindre risque, des différentes méthodes de consommation, de la fréquence et de l'intensité de la consommation ainsi que de l'augmentation de la psychose induite par le cannabis associée à sa consommation (Anderson, 2021; Benoit, 2021).
- ✓ D'autres recherches sur les populations prioritaires devraient adopter une approche fondée sur les forces, en évitant de mettre l'accent uniquement sur la souffrance pour englober également les expériences positives (Aw-Osman, 2020; Castellanos Ryan et London-Nadeau, 2021).
- ✓ De nombreuses équipes de recherche souhaitent mieux comprendre la nature du trouble de l'usage du cannabis, et notamment sa prévention, les moyens d'y parvenir et le développement de la tolérance (Archie, 2021; Dumais, 2021; Gaddes, 2020; Grover, 2021; Jama, 2020; Stewart, 2021).
- ✓ Il faut davantage de recherches dirigées par des Autochtones pour continuer à examiner la relation entre la consommation de cannabis, les traumatismes, le racisme, la santé mentale et le savoir autochtone – en particulier parmi les collectivités distinctes – afin de mieux étayer les programmes communautaires (Centre de gouvernance de l'information des Premières Nations [CGIPN], 2020; McLeod et Goulet, 2020).
- ✓ Il existe un besoin persistant de mener des recherches avec les communautés africaines, caribéennes et noires (ACN), en particulier en impliquant les jeunes, afin de combler les lacunes en matière de connaissances et de mieux comprendre comment soutenir ces populations (Archie, 2021).

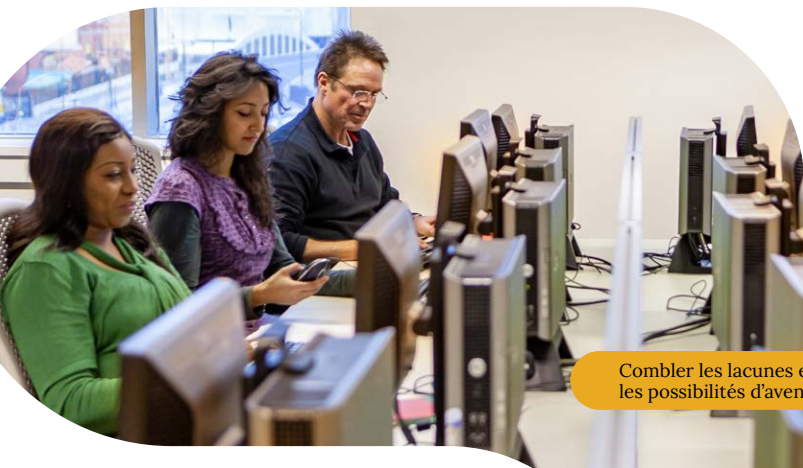


- ✓ Les recherches à venir pourraient examiner le rôle et les répercussions du cannabis comme « drogue de sevrage » et comme outil de réduction des méfaits à court et à long terme pour les personnes aux prises avec une dépendance aux opioïdes (Hopkins et coll., 2020; Ion, 2020; Larose et Elford, 2020).
- ✓ Des recherches à plus long terme sont nécessaires pour évaluer les effets sur les enfants de la consommation de cannabis chez leurs parents par rapport aux effets de l'intervention des services de protection de l'enfance, ainsi que pour explorer d'autres types d'interventions susceptibles de mieux promouvoir et soutenir le bien-être de la famille et de l'enfant (Hopkins et coll., 2020; Ion, 2020).
- ✓ Davantage de recherches sont encore nécessaires sur les populations adultes 2SLGBTQI+ ainsi que sur les populations de personnes âgées (Ferlatte, 2020; National Initiative for the Care of the Elderly [INSPA], 2020).
- ✓ Des études complémentaires seront indispensables pour mieux comprendre les expériences liées au cannabis et à la santé mentale, les besoins en matière d'information et les difficultés sur le plan politique et pratique des fournisseurs de services, notamment ceux des établissements de santé, des écoles et des services sociaux (Brémault-Phillips, 2021; Castellanos Ryan et London-Nadeau, 2021; Pakhale, 2021).
- ✓ Des recherches futures devraient explorer l'influence possible de l'industrie du cannabis sur la recherche, surtout en ce qui concerne la santé mentale (Buchman et Grundy, 2021).
- ✓ Les futures études portant sur les populations de vétérans devraient chercher à impliquer les femmes vétérans, car elles demeurent sous-représentées dans les travaux de recherche (Grover, 2021).



2. Les gens au Canada veulent des éléments d'information pondérés et fondés sur des données probantes au sujet du cannabis et de la santé mentale, provenant notamment de personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent.

- ✓ Les campagnes de sensibilisation du public menées par des personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent et centrées sur leurs expériences peuvent contribuer à réduire la stigmatisation à l'égard de la santé mentale et de la santé liée à l'usage de substances (Whitley, 2020).
- ✓ Une sensibilisation à grande échelle non moralisatrice sur la manière dont les traumatismes se répercutent sur l'usage de substances pourrait contribuer à réduire la stigmatisation et à susciter la compassion et la compréhension à l'égard des populations sans logement qui consomment du cannabis (Larose et Elford, 2020).
- ✓ De nombreuses équipes de recherche ont relevé un besoin global en matière d'information sur le cannabis qui soit pertinente sur le plan culturel, qui tienne compte de la langue et qui soit pilotée par la communauté, pour et avec des populations diversifiées (Gaddes, 2020; Rueda, 2021a; Sanguins, 2020).
- ✓ Les participants ont fortement recommandé des initiatives éducatives qui ne prônent plus l'abstinence et qui font participer la famille dans son ensemble, en particulier au sein des collectivités ACN, immigrantes, réfugiées, ethnoculturelles et d'autres groupes racisés (Archie, 2021; Aw-Osman, 2020).
- ✓ Il est impératif de disposer de données plus nuancées et fondées sur des données probantes en ce qui concerne le cannabis. Par exemple, les gens souhaiteraient en savoir plus sur :
 - la consommation plus sécuritaire de cannabis (Benoit, 2021; Gaddes, 2020)
 - la désinformation sur le cannabis (faits et fiction) (Gaddes, 2020)
 - le cannabis comme moyen de réduction des méfaits (Larose et Elford, 2020; Sanguins, 2020)
 - les différents effets des dosages, des variétés et des méthodes de consommation du cannabis (Sanguins, 2020)
 - les risques et les effets de la psychose induite par le cannabis chez les jeunes adultes (Myran et coll., 2023)
 - la consommation à moindre risque pour soutenir la prise de décisions avisée chez les parents qui font usage de cannabis (Archie, 2021; Pakhale, 2021; Salmon, 2021)
- ✓ Une sensibilisation efficace du public pourrait se dérouler au sein des établissements scolaires, être dirigée par des organisations communautaires et se décliner dans un éventail de formats comme les médias sociaux, les documentaires, les jeux vidéo et le photovoix (Archie, 2021; Gaddes, 2020; Pakhale, 2021; Whitley, 2020).
- ✓ Les participants à la recherche souhaitent que les pairs, les Aînés, les organisations et les dirigeants communautaires, les familles et les fournisseurs de soins participent à l'élaboration et à la diffusion de l'information sur le cannabis et la santé mentale.



3. Un plus grand nombre de lignes directrices cliniques, de formations et d'enseignements destinés aux fournisseurs de soins de santé et de services sociaux sont requis pour répondre efficacement aux inquiétudes liées à l'usage du cannabis et à la santé mentale.

- ✓ La sensibilisation et la formation des fournisseurs de soins de santé et de services sociaux à la lutte contre le racisme, à la diversité culturelle, à la réduction des méfaits et aux déterminants sociaux de la santé sont des conditions *sine qua non* permettant de minimiser les obstacles et d'améliorer l'accès aux soins à un stade précoce (Archie, 2021; Hopkins et al., 2020; Ion, 2020).
- ✓ De multiples études ont mis en évidence un profond besoin de lignes directrices cliniques visant à aider les fournisseurs de services dans leur surveillance efficace (sans jugement ni stigmatisation) de l'usage de cannabis médicalement autorisé et récréatif, et ce, afin de réduire au minimum les effets néfastes (Brémault-Phillips, 2021; Frey, 2019; Ion, 2020; Association des femmes autochtones du Canada [AFAC], 2021; Rueda, 2021a).
- ✓ En réponse au nombre croissant de personnes qui font usage de cannabis sans avoir obtenu d'autorisation médicale, un processus plus clair et normalisé au sujet des ordonnances est nécessaire, afin de favoriser l'accès et d'assurer que l'usage est surveillé (Brémault-Phillips, 2021; Rueda, 2021b).
- ✓ Une étude a recommandé l'élaboration de politiques et de pratiques de protection de l'enfance adaptées à la communauté en lien avec le cannabis, qui tiennent compte des contextes historiques, sociaux, économiques et culturels uniques des différentes collectivités et familles (Hopkins et coll., 2020).
- ✓ Une autre étude a proposé l'élaboration et l'adaptation d'un outil d'évaluation standard fondé sur des principes de réduction des méfaits et de lutte contre l'oppression, afin de mieux évaluer et soutenir les familles et les soignants qui consomment du cannabis dans les services de protection de l'enfance (Ion, 2020).
- ✓ De nombreux participants ont fait état d'obstacles les empêchant d'obtenir du soutien en santé mentale, tels que l'accessibilité, l'abordabilité, la stigmatisation et les perceptions culturelles à cet égard. En guise de réponse, les chercheurs et les participants ont formulé ces recommandations : une formation accrue des fournisseurs de soins de santé; une plus grande diversité et représentation des groupes en quête d'équité dans les postes de fournisseurs; des évaluations et des interventions tenant compte des traumatismes; ainsi que des soins interdisciplinaires et individualisés plus nombreux (Archie, 2021; CGIPN, 2020; Jama, 2020; Larose et Elford, 2020; Rueda, 2021a, 2021b).



4. D'autres mesures politiques sont nécessaires pour remédier aux inégalités systémiques.

- ✓ Pour combattre certaines des répercussions négatives du cannabis sur les personnes et les collectivités, les chercheurs ont réclamé davantage de programmes et de services de mieux-être conçus par et pour les groupes en quête d'équité, notamment les jeunes queers et trans, les Autochtones et les collectivités racisées (Aw-Osman, 2020; Castellanos Ryan et London-Nadeau, 2021; CGIPN, 2020; Jama, 2020).
- ✓ Les participants autochtones ont appelé à un retour à la culture et aux traditions pour atténuer les risques de troubles liés à la consommation de cannabis et pour promouvoir la santé mentale au sein de leurs collectivités (CGIPN, 2020; Gaddes, 2020; Gillis et Huang, 2020; AFAC, 2021; Sanguins, 2020).
- ✓ On demande avec insistance d'améliorer l'abordabilité et l'accès aux services de santé mentale et de s'attaquer aux déterminants sociaux de la santé (p. ex. le manque de logements, la pauvreté) pour prévenir les résultats négatifs associés à la consommation de cannabis, en particulier pour les jeunes queers et trans, les collectivités autochtones et les communautés racisées (Castellanos Ryan et London-Nadeau, 2021; CGIPN, 2020; Gaddes, 2020; Jama, 2020; AFAC, 2021; Rueda, 2021a).
- ✓ Les participants qui ont une autorisation médicale pour la consommation de cannabis ont fait état d'une couverture d'assurance manquant d'uniformité et ont demandé plus de cohérence, notamment l'ajout de sa couverture au programme des Services de santé non assurés (SSNA) pour les Premières Nations et les communautés inuites (CGIPN, 2020; Gaddes, 2020; Gillis et Huang, 2020; AFAC, 2021).
- ✓ Une étude portant sur les répercussions des traumatismes de la petite enfance sur les résultats à long terme en matière de santé mentale ainsi que sur les habitudes de consommation de cannabis a fortement fait valoir qu'il faudrait déployer davantage d'efforts politiques pour prévenir la maltraitance et les traumatismes chez les enfants (Afifi, 2021).
- ✓ Bien qu'il existe un besoin évident d'études complémentaires sur le cannabis, une équipe de recherche a souligné l'importance d'un plus grand nombre d'études financées par le gouvernement pour protéger l'intégrité scientifique et assurer que la recherche est impartiale et représentative de divers groupes (Buchman et Grundy, 2021). Il est également nécessaire d'améliorer le processus réglementaire associé à la recherche sur le cannabis (Frey, 2019).
- ✓ Deux équipes de recherche ont mis en lumière la nécessité d'élaborer une voie durable de transfert des connaissances en provenance des établissements universitaires vers les organismes de réglementation médicale, les fournisseurs de soins, les collectivités et les patients (Buchman et Grundy, 2021; AFAC, 2021).
- ✓ De multiples études ont fermement insisté sur le fait que les politiques liées au cannabis doivent donner la priorité à la réduction des méfaits et à des approches centrées sur la personne (Hopkins et coll., 2020; Ion, 2020; Larose et Elford, 2020; Association canadienne pour la santé mentale Ontario et coll., 2020).

La recherche commence à peine à explorer la relation entre la santé mentale et le cannabis dans le contexte d'après la légalisation. Des recherches soutenues et un engagement continu avec les personnes qui ont un savoir expérientiel passé et présent sont indispensables pour éclairer les politiques et les pratiques.

Bibliographie

Pour en savoir plus sur ces projets, consultez le [site Web](#) de la CSMC.

Affi, T. *Cannabis et santé mentale chez les vétérans au Canada : Comprendre le rôle des traumatismes et leur incidence sur la propension à chercher de l'aide*, Université du Manitoba, 2021.

Anderson, K. *Les répercussions de la légalisation et de la disponibilité du cannabis sur l'incidence, la prévalence et l'utilisation des services de santé en cas de troubles psychotiques : Des données probantes fondées sur la population pour étayer les initiatives politiques*, Université Western, 2021.

Archie, S. *Sensibilisation aux effets du cannabis sur la psychose chez les jeunes issus des communautés racialisées noires ayant vécu un premier épisode psychotique*, Université McMaster, 2021.

Aw-Osman, F. « Hash It Out » : *The experiences of IRES youth with cannabis and mental health*, Centre for Resilience and Social Development, 2020.

Benoit, C. *Recommandations pour l'usage du cannabis à moindre risque, formulées par des jeunes à l'intention des personnes âgées de 13 à 18 ans : vers une meilleure santé mentale et un plus grand bien-être*, Université de Victoria, 2021.

Brémault-Phillips, S. *Understanding cannabis use by Canadian Veterans and its impact on their health, well-being, and quality of life*, Université de l'Alberta, 2021.

Buchman, D. et Grundy, Q. *Grands producteurs de cannabis – relations avec les services de santé : comprendre les déterminants commerciaux de la santé mentale*, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2021.

Association canadienne pour la santé mentale (Ontario), Société John Howard de l'Ontario, et Comité de coordination des services à la personne et des services juridiques. *L'incidence de la consommation de cannabis sur les programmes judiciaires de traitement des dépendances en Ontario*, Association canadienne pour la santé mentale (Ontario), 2020.

Castellanos Ryan, N. et London-Nadeau, K. *Analyse de la consommation de cannabis et de la santé mentale chez les jeunes issus de la diversité sexuelle et de genre : Une étude qualitative communautaire*, Université de Montréal, 2021.

Dumais, A. *Psychothérapie novatrice fondée sur la réalité virtuelle aux fins du traitement du trouble d'usage du cannabis chez les patients confrontés à des troubles psychotiques*, Université de Montréal, 2021.

Ferlatte, O. *Cannapix : Représenter en photos l'expérience et les perspectives des jeunes LGBTQ+ vivant avec une maladie mentale au Québec*, Université de Montréal, 2020.

Centre de gouvernance de l'information des Premières Nations. *Examen de la relation entre le cannabis et la santé mentale chez les Premières Nations*, 2020.

Frey, B. *Essai de validation de principe, en double aveugle, randomisé et contrôlé contre placebo, évaluant l'efficacité et l'innocuité de l'huile de TCM infusée de cannabis pour le traitement de l'insomnie dans le cadre d'une dépression majeure*, Université McMaster, 2019.

Gaddes, B. *Mohawks du territoire de la Baie de Quinte–Tyendinaga : des projets de recherche communautaire sur le cannabis et la santé mentale*, Mohawks de la Baie de Quinte, 2020.

Gillis, T. et Huang, S. *Perspectives des Métis en matière d'usage de cannabis : un projet de recherche communautaire*, Nation métisse de la Colombie-Britannique, 2020.

Grover, S. *Consommation de cannabis thérapeutique chez les vétérans et les non-vétérans canadiens : Une enquête nationale*, Institut de recherche du Centre universitaire de santé McGill, 2021.

Hopkins, C., Mushquash, C. et Kowatch, K. *Enrayer la stigmatisation associée à la consommation de cannabis par les parents et soignants chez les Premières Nations par l'entremise de l'engagement communautaire et de l'examen des politiques*, Thunderbird Partnership Foundation, 2020.

Ion, A. *Soutenir les mères qui consomment du cannabis par des moyens concrets*, Université McMaster, 2020.

Jama, S. *Projet sur le cannabis et la santé mentale chez les populations marginalisées d'Ottawa*, Institut de recherche de l'Hôpital d'Ottawa, 2020.

Larose, K. et Elford. *The impacts of cannabis use on the mental health of at-risk communities*, AAWEAR, 2020.

Le Foll, B., Kloiber, S. et Hendershot, C. *Comprendre l'usage du cannabis et les perceptions des patients qui présentent des troubles liés à la consommation de substances et des troubles concomitants*, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2021.

McLeod, S. et Goulet, S. *Cannabis and Indigenous mental health: Lifting the pipes, understanding natural laws in the context of 'medicine,' mental health, and cannabis*, Mahegun Tails, Inc., 2020.

Myran, D. T., Pugliese, M., Roberts, R. L., Solmi, M., Perlman, C. M., Fiedorowicz, J., Tanuseputro, P. et Anderson, K. K. « Association between non-medical cannabis legalization and emergency department visits for cannabis-induced psychosis », *Molecular Psychiatry* (2023). <https://doi.org/10.1038/s41380-023-02185-x>

Initiative nationale pour le soin des personnes âgées. *Comprendre le lien entre l'usage de cannabis et la santé mentale : Analyse ciblant l'expérience des personnes âgées*, 2020.

Association des femmes autochtones du Canada. *Établissement des priorités de recherche : Une exploration des besoins en matière de cannabis et de santé mentale chez les femmes inuites, métisses et des Premières Nations, les personnes bispirituelles, transgenres et de genres divers*, 2021.

Pakhale, S. *Projet sur le cannabis et la santé mentale chez les populations marginalisées d'Ottawa : Étude des expériences des jeunes au moyen de la photographie*, Institut de recherche de l'Hôpital d'Ottawa, 2021.

Robillard, R. *Habitudes de consommation et expériences liées au cannabis chez les vétérans atteints du trouble de stress post-traumatique*, Université d'Ottawa, 2021.

Rueda, S. *Consommation de cannabis et populations prioritaires : Étude de la relation entre l'usage de cannabis, la santé mentale et le virus de l'immunodéficience humaine (VIH)*, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2021a.

Rueda, S. *Comprendre les expériences et les besoins complexes des personnes ayant des problèmes de santé mentale qui font usage de cannabis*, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2021b.

Salmon, A. *GREENHOUSE : renforcer la résilience chez les jeunes grâce à l'apprentissage sur le cannabis*, Université de la Colombie-Britannique, 2021.

Sanguins, J. *Analyse de l'usage de cannabis et de la santé mentale chez les Métis du Manitoba*, Fédération des Métis du Manitoba, 2020.

Shield, K. *Une analyse systématique des essais cliniques randomisés évaluant l'efficacité du cannabidiol à titre de traitement médical*, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2021.

Stewart, S. *Les comorbidités entre le TSPT et les troubles de l'usage du cannabis : Mécanismes de mémoire associative*, Université Dalhousie, 2021.

Whitley, R. *Une coproduction : Utiliser la vidéo participative pour réduire la stigmatisation et sensibiliser le public*, RADAR Mental Health, 2020.