

Bordeaux, le 11 mai 2021

Nouvelle version de l'application Kanopée* intégrant l'usage du cannabis et des écrans

Cette nouvelle version de KANOPEE (1) améliore le repérage des addictions par une utilisation facilitée et la prise en compte, en plus de l'alcool et du tabac, de l'usage du cannabis et des écrans. En effet, les personnes qui cherchent à contrôler leur consommation d'une substance ont tendance à augmenter leur consommation d'autres substances ou comportements, il est donc primordial d'avoir une mesure large des consommations pour aider les populations à gérer leurs abus potentiels. Une intervention brève de prévention est proposée pour les personnes repérées à risque. Pour les personnes pour qui cette intervention est insuffisante, l'application KANOPEE peut à la demande de l'utilisateur faire le lien avec le médecin traitant et une plateforme de spécialistes des addictions.

L'état de pandémie liée au Covid-19 associé aux mesures nécessaires de restrictions des contacts sociaux (gestes barrière et distanciation sociale) est un facteur de stress important pour l'ensemble de la population en France et en Europe. Les problèmes de sommeil ont explosé avec plus de 60% de plaintes en population générale et des données nationales et internationales montrent que les personnes souffrant de troubles du sommeil augmentent leur consommation d'alcool et de tabac.

« En situation de stress, l'alcool et le tabac ont un effet apaisant immédiat qui incite les personnes à risques à augmenter leurs consommations et les exposent aux effets toxiques de ces substances comme l'aggravation des troubles du sommeil ». Pr Pierre Philip et Pr Marc Auriacombe, chef du service universitaire de médecine du sommeil du CHU de Bordeaux et chef de service d'addictologie du CH Charles Perrens

Plusieurs enquêtes indiquent que plus d'un tiers de la population se plaint d'avoir augmenté sa consommation de tabac et plus d'un quart sa consommation d'alcool depuis la crise du COVID. Enfin, l'exposition à un stress est le facteur de risque le mieux documenté pour passer d'un usage simple à une addiction, maladie chronique nécessitant une prise en charge spécifique.

« La réouverture prochaine des bars et restaurants et la levée des confinements va redonner un accès massif aux lieux de consommation d'alcool mais va aussi favoriser l'usage de substances illicites. Malheureusement, du fait des restrictions nécessaires pour se protéger de la contamination par le Covid-19 et de l'afflux des demandes des patients, l'accès aux professionnels de santé pour le repérage précoce des personnes à risque reste très difficile. » Pr Marc Auriacombe

➔ **L'application KANOPEE, lancée lors du premier confinement a déjà été téléchargée plus de 18000 fois par des personnes soucieuses de leur sommeil mais aussi de leur consommation d'alcool et de tabac. KANOPEE a été développée dès le début de la pandémie pour aller vers la population générale et faciliter le repérage précoce des personnes à risque de développer une addiction pour agir préventivement, et si nécessaire faciliter l'accès à une consultation.**

* KANOPEE est une application smartphone développée par le laboratoire SANPSY de l'Université de Bordeaux et du CNRS, disponible gratuitement sur l'Apple Store et le Google Store. Médicalement validée par les médecins du CHU de Bordeaux et de Charles Perrens, elle permet un repérage précoce et une intervention brève ciblée sur **les problèmes de sommeil, de santé mentale et d'usage d'alcool, de tabac, de cannabis et des écrans**, en population générale. Elle favorise l'autonomie des personnes et l'accès aux aides adapté en situation de crise sanitaire.

