

Paris, 19 juin 2026

## 6<sup>ème</sup> Édition du baromètre des addictions Ipsos bva/Macif 2026 **Alcool et drogues en recul chez les jeunes MAIS un protoxyde d'azote installé durablement: des résultats à contre-courant**

Alors que les consommations régulières d'alcool (-5 points depuis 2021) et de cannabis (-2 points depuis 2021) reculent chez les 16-30 ans, le protoxyde d'azote s'installe durablement dans les pratiques : 12 % des jeunes l'ont déjà expérimenté et 34 % des consommateurs déclarent avoir déjà conduit une voiture après en avoir consommé. La 6e édition du Baromètre Macif met en lumière une contradiction persistante entre la conscience des risques et les comportements adoptés, notamment en matière de sécurité routière.

### A retenir:

- L'alcool **perd 5 points**, tandis que le cannabis en **perd 2** par rapport à 2021.
- **12 %** des jeunes ont déjà consommé du protoxyde d'azote ; **3 %** en consomment régulièrement.
- **85 %** des jeunes (consommateurs et non consommateurs de protoxyde) sont favorables à un durcissement de la législation encadrant le protoxyde d'azote.
- **34 %** des consommateurs déclarent avoir déjà conduit une voiture après en avoir consommé.
- **81 %** parmi l'ensemble des jeunes (73% parmi les consommateurs) reconnaissent pourtant que cette substance altère la capacité à conduire ou à se déplacer en sécurité.

### >> **Une baisse des consommations depuis cinq ans qui reste à nuancer**

Les résultats du baromètre montrent une diminution progressive des usages réguliers de plusieurs substances depuis 2021.

La consommation régulière d'alcool poursuit sa baisse, passant de 50 % à 45 % des jeunes en cinq ans. Le cannabis suit la même tendance, avec une diminution de 10 % à 8 % des consommateurs réguliers.

La consommation de tabac reste globalement stable sur la période, à 27 % en 2026 contre 25 % en 2021. Les usages réguliers d'ecstasy, MDMA ou GHB demeurent limités à 5 %, tandis que la cocaïne et l'héroïne concernent chacune 4 % des jeunes interrogés.

Comme les années précédentes, les hommes et les 25-30 ans demeurent les populations les plus consommatrices, quelle que soit la substance observée.

## >> Protoxyde d'azote : une pratique désormais installée chez les jeunes

Pour la première fois, le baromètre mesure précisément l'usage du protoxyde d'azote, alors que les derniers chiffres datent de 2022 (Santé Publique France).

L'étude révèle que 12 % des jeunes ont déjà expérimenté cette substance. Parmi eux, 3 % en consomment régulièrement et 9 % de façon occasionnelle.

Cette consommation reste fortement associée à un contexte festif :

- 42 % déclarent consommer « juste pour s'amuser » ;
- 71 % consomment lors de soirées entre amis ;
- mais 35 % déclarent également en consommer seuls à leur domicile.

Au-delà de la recherche de sensations, les motivations psychologiques occupent également une place importante :

- 21 % consomment pour se sentir bien ;
- 21 % pour déstresser ;
- 20 % pour « se laisser aller ».

L'usage concerne l'ensemble des catégories d'âge et apparaît légèrement plus fréquent chez les hommes, les actifs et les CSP+.

## >> Une substance perçue comme dangereuse mais dont les risques restent parfois banalisés

Le protoxyde d'azote bénéficie aujourd'hui d'une forte accessibilité auprès des jeunes. Deux tiers d'entre eux estiment qu'il est facile de s'en procurer (66%) et un sur deux considère qu'il s'agit d'un produit accessible et peu coûteux (50%).

Pour autant, les jeunes ne le perçoivent pas comme une substance anodine. Ils attribuent au protoxyde d'azote une note moyenne de dangerosité de 8,7 sur 10, proche de celle associée aux drogues dures. Plus des deux tiers lui accordent même une note comprise entre 9 et 10 sur 10 (68%).

Cette conscience du risque se traduit également par un fort soutien aux mesures de régulation : 85 % des jeunes se déclarent favorables à un renforcement de la législation encadrant cette substance.

Mais cette perception du danger diminue à mesure que la consommation augmente. La note moyenne de risque passe ainsi de 8,9/10 chez les non-consommateurs à 7/10 chez les consommateurs réguliers.

Par ailleurs, de nombreux consommateurs minimisent les dangers associés au protoxyde d'azote :

- 26 % considèrent qu'il suffit de ne pas en abuser ;
- 14 % estiment que les risques restent limités.

## >> Des pertes de contrôle fréquentes et des conséquences sur la consommation

Une personne sur deux ayant déjà consommé du protoxyde d'azote déclare avoir perdu le contrôle au moins une fois sous son effet (50%), dont 14% qui rapportent plus de dix épisodes de perte de contrôle.

L'usage régulier semble également impacter la qualité de vie des consommateurs, avec 35% affirmant ressentir des émotions plus négatives au quotidien.

Et cette consommation semble également influencer les parcours addictifs. Parmi les consommateurs de protoxyde d'azote consommant également d'autres substances :

- 14 % déclarent avoir commencé à consommer d'autres substances après avoir expérimenté le protoxyde ;
- 11 % indiquent avoir augmenté leur consommation d'autres produits ;
- 19 % déclarent au contraire avoir réduit ou arrêté la consommation d'autres produits.

Chez les consommateurs réguliers de protoxyde d'azote, ces phénomènes apparaissent encore plus marqués.

## >> Une mobilité encore trop souvent sous influence

Le baromètre met également en évidence la persistance de comportements à risque pendant les déplacements.

Parmi les consommateurs de protoxyde d'azote :

- 34 % déclarent avoir déjà conduit une voiture après en avoir consommé ;
- dont 14 % qui l'ont fait à plusieurs reprises ;
- 32 % ont utilisé une trottinette, un scooter ou une moto après consommation ;
- 30 % ont circulé à vélo.

Pourtant, 81 % des jeunes reconnaissent que la consommation de protoxyde d'azote altère la capacité à conduire ou à se déplacer en sécurité.

Cette contradiction se retrouve également dans l'expérience des passagers :

- 56 % des jeunes déclarent avoir déjà été témoins d'une conduite sous alcool ;
- 27 % sous cannabis ;
- 13 % sous l'emprise de drogues telles que la cocaïne, l'héroïne ou l'ecstasy ;
- 10 % sous protoxyde d'azote.

Chez les consommateurs de protoxyde, cette exposition est encore plus marquée : 38 % ont déjà été passagers d'un conducteur ayant consommé cette substance, une proportion qui atteint 66 % chez les consommateurs réguliers.

Enfin, il semblerait que comparativement aux consommateurs d'autres produits psychoactifs (tous confondus), les consommateurs de protoxyde déclarent davantage de comportements violents envers eux-mêmes (31 % contre 26 %), davantage d'accidents de la circulation (25 % contre 21 %) et davantage d'agressions physiques (21 % contre 18 %).

>>Retrouvez en pièces jointes:<<

**la synthèse complète des résultats du baromètre**

**l'infographie**

>> Toutes les infos sur les addictions et leurs conséquences chez les jeunes, sont disponibles sur [macif.fr/assurance/la-macif/barometre-des-addictions](https://macif.fr/assurance/la-macif/barometre-des-addictions)

>> Etude complète sur demande auprès du service de presse

**Méthodologie:** Baromètre réalisé par Ipsos bva pour la Macif auprès de 3 500 jeunes âgés de 16 à 30 ans, interrogés du 23 avril au 15 mai 2026. Échantillon représentatif de la population française de cette tranche d'âge.

\*\*\*\*\*

**A propos de la Macif** • Assureur mutualiste, la Macif protège au quotidien ses 6,45 millions de sociétaires, adhérents ou clients avec des offres et services simples et utiles en assurances dommages, santé-prévoyance et finance-épargne. La Macif a réalisé un chiffre d'affaires de près de 8 milliards d'euros en 2025. Gérant plus de 19 millions de contrats, elle compte plus de 12 000 salariés qui exercent tous en France au sein d'un réseau de plus de 450 points d'accueil physiques et téléphoniques. La Macif a été réélue Marque Préférée des Français dans la catégorie Compagnies d'assurance en 2026.

**Macif, une marque Aéma Groupe** • Mutualiste dans l'âme, activiste par conviction, Aéma Groupe est le groupe mutualiste de protection né du rapprochement entre Macif et AÉSIO mutuelle. Avec l'acquisition d'Abeille Assurances en 2021, suivie de la création d'Ofi Invest en 2022, Aéma Groupe réalise un chiffre d'affaires de 18,6 milliards d'euros en 2025. Ses plus de 20 000 collaborateurs et 1 500 délégués œuvrent au quotidien pour accompagner et protéger 12 millions d'assurés. Multimarque, multiréseau et multimétier, Aéma Groupe couvre l'ensemble des besoins de protection (assurance dommages, santé-prévoyance, épargne-retraite et gestion d'actifs). Aéma Groupe veut apporter des réponses éclairées, constructives et humaines face aux grands enjeux de protection liés aux transitions actuelles. En poursuivant la construction d'un acteur mutualiste de premier plan, il crée un modèle inédit, hybride et ouvert, capable d'apporter des solutions plus justes et plus adaptées au monde d'aujourd'hui et de demain.



## Communiqué de presse



*aéma* GROUPE

**Contacts presse :**

**Frédéric Macioce** · 06 46 15 11 56 · frederic.macioce@macif.fr

**Marina Ducros** · 06 13 55 57 98 – mducros@macif.fr