

Paris, le mardi 01 juillet 2025

**5<sup>ème</sup> Édition du baromètre des addictions Ipsos/Macif 2025**

## **Addictions et santé mentale chez les jeunes : une spirale alarmante**

**77 % des jeunes déclarent avoir déjà souffert de troubles liés à leur consommation d'alcool ou de drogues : accidents, isolement, échec scolaire, problèmes financiers ou pensées suicidaires. Un chiffre en hausse de 8 points depuis 2021. Les résultats de la 5<sup>ème</sup> édition du baromètre sur les addictions chez les jeunes, mené par Ipsos pour la Macif auprès de 3 500 jeunes âgés de 16 à 30 ans, révèlent une dégradation préoccupante de la santé mentale et comportementale des jeunes Français, marquée par une intensification des pratiques addictives et une banalisation des prises de risques, notamment dans l'espace public. Une jeunesse lucide, mais démunie face à une spirale de mal-être.**

**Hyperconnexion, usage compulsif des écrans et réseaux sociaux, consommation de drogues, prises de risque sur la route, troubles émotionnels... Depuis 5 ans, le mal-être ne cesse de s'aggraver et s'ancre durablement dans le quotidien de la jeunesse française.**

- **Plus de trois quart des jeunes interrogés (77%) déclarent avoir expérimenté des troubles liés à leurs consommations d'alcool et de drogues** (accidents, isolement, échec scolaire, problèmes financiers, pensées suicidaires...).
- **Leur consommation des réseaux sociaux les amène à perdre la notion du temps (81%), avoir du mal à s'endormir (76%), s'isoler (66%)**
- **Chiffre alarmant : 1 jeune sur 2 déclare avoir déjà eu des troubles du comportement (colère, irritabilité, agressivité,...) après avoir passé du temps sur les réseaux sociaux.**
- **72 % des jeunes déclarent téléphoner, consulter leurs réseaux sociaux ou faire des selfies en conduisant une voiture, un scooter ou à vélo.**
- **41 % d'entre eux font des selfies ou des vidéos en conduisant leurs deux-roues.**

## >> Un mal-être qui ne faiblit pas, se chronicise et s’ancre dangereusement dans le quotidien des jeunes

**77% des jeunes déclarent avoir déjà souffert de troubles liés à leur consommation d’alcool ou de drogues : accidents, isolement, échec scolaire, problèmes financiers ou pensées suicidaires. Un chiffre en hausse de 8 points depuis 2021 !** Chez les consommateurs réguliers (hors tabac), ce chiffre grimpe même à 83 %, soit une hausse de 10 points depuis 2021.

**Depuis 5 ans, la situation ne s’est pas améliorée. En effet, chaque indicateur de mal-être ne cesse de progresser chaque année.** Les 3 principales situations négatives vécues toutes substances confondues (hors tabac) restent : **les émotions plus négatives** à 60% (+3 pts vs 2024), des **épisodes d’échec scolaire ou professionnel** à 40% (+5 pts vs 2024), **l’isolement sur le plan social** à 36% (+4 pts vs 2024).

## >> Les réseaux sociaux, refuges toxiques qui isolent et fragilisent les jeunes

**36 % des jeunes passent plus de 4 heures ou plus par jour sur les réseaux sociaux.** Cette exposition excessive les amène à :

- **perdre la notion du temps (81%),**
- **avoir du mal à s’endormir (76%),**
- **à s’isoler (66%),**
- **Chiffre alarmant : 1 jeune sur 2 a déclaré avoir déjà eu des troubles du comportement (colère, irritabilité, agressivité,...) après avoir passé du temps sur les réseaux sociaux.**

Une majorité des jeunes reste passive face à la dépendance numérique malgré une **lucidité croissante. Seuls 50 % d’entre eux ont désactivé leurs notifications, et à peine un tiers encadre ou surveille réellement sa consommation (32%).**

## >> Consommation de drogues et dépendance aux écrans : Une banalisation inquiétante des comportements à risques sur la voie publique

**La mise en danger sur la voie publique devient un comportement de plus en plus fréquent :**

- **86 % des jeunes consommateurs déclarent avoir déjà pris des risques lors de leurs déplacements sous l’effet de substances.**
- **1 jeune sur 5 a déjà eu un accident de la route lié à sa consommation de substances (21%) – un chiffre en forte hausse (+4 pts vs 2024).**

## L'usage du smartphone en mobilité est alarmant :

- **Téléphoner, swiper, filmer en roulant : 72 % des jeunes le font, quel que soit le moyen de transport. Un comportement désormais courant, malgré le danger reconnu.**
- **41 % d'entre eux font des selfies ou des vidéos en conduisant leurs deux-roues.**

Malgré une conscience accrue du danger (78 % reconnaissent le risque pour eux-mêmes, +3 pts vs 2024; 75 % pour les autres, +4 pts vs 2024), **l'habitude et le besoin de connexion immédiate l'emportent.** Un jeune sur deux justifie ces comportements par sa capacité à « **faire plusieurs choses en même temps** » (45%).

**Cette édition 2025 marque un tournant alarmant, les pratiques addictives des jeunes s'intensifient, leurs conséquences s'aggravent, et les comportements à risque se banalisent.** Cette spirale addictive, entre substances, écrans et prises de risque, s'ancre profondément dans le quotidien des jeunes. Une génération lucide sur les dangers, mais souvent impuissante à reprendre le contrôle, malgré une conscience grandissante des impacts sur leur santé mentale, leur sécurité et leurs relations sociales.

### >>> 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)

5<sup>ème</sup> édition du Baromètre "Addictions et leurs conséquences chez les jeunes" - Étude de perception IPSOS pour la Macif, réalisée auprès d'un échantillon représentatif de 3 500 jeunes âgés de 16 à 30 ans du 17 avril au 12 mai 2025.

\*\*\*\*\*

**A propos de la Macif** • Assureur mutualiste, la Macif protège au quotidien ses 6,37 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 6,95 milliards d'euros en 2024. Gérant plus de 19 millions de contrats, elle compte près 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 2024.

**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 16,1 milliards d'euros en 2024. Ses plus de 20 000 collaborateurs et 1 800 délégués œuvrent au quotidien pour accompagner et protéger 12,1 millions d'assurés. Multimarques, multiréseaux et multimétiers, 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, plus adaptées au monde d'aujourd'hui et de demain.

\*\*\*\*\*

**Contacts presse :**

**Caroline Lemarchand** • 06 28 11 56 37 – [clemarchand@macif.fr](mailto:clemarchand@macif.fr)

**Marina Ducros** • 06 13 55 57 98 – [mducros@macif.fr](mailto:mducros@macif.fr)