

Par Nidal Taibi

Cocaïne, cachets, alcool, carburants de certains travailleurs

Dans les bureaux, ateliers ou salles de pause, les tests positifs aux drogues ont plus que doublé en huit ans. Enquête sur ces consommations, entre épuisement et culte de la performance.





Il est 19 heures, et Thomas, 29 ans, n'a toujours pas quitté les open spaces feutrés du quartier d'affaires de la Défense, à l'ouest de Paris. Consultant dans une grande entreprise de communication, costume ajusté et allure dynamique, il incarne de prime abord la réussite professionnelle. Pourtant, dès que ses collègues ont le dos tourné, Thomas s'éclipse dans une salle de réunion inoccupée. «C'est mon petit coin secret, nous confesse-t-il, espiègle. J'ai commencé à prendre quelques lignes de coke par jour il y a deux ans, pendant un projet où la concurrence interne était féroce. Au début, c'était occasionnel, avant les présentations importantes. Aujourd'hui, c'est devenu un réflexe, comme un café serré pour garder l'énergie.» A haute dose d'adrénaline artificielle, il enchaîne les réunions tardives et les nuits écourtées sans broncher, du moins en apparence. «Ça m'aide sur le moment, mais le contrecoup est terrible, un supplice et un cauchemar à peine supportables, admet-il. Le week-end, je m'écroule, je suis vidé nerveusement et je me déteste d'en être arrivé là».

Si la cocaïne l'aide à «tenir la cadence» la semaine, elle lui impose aussi de lourdes «redescentes» le dimanche: migraines, irritabilité, fatigue... Un cercle vicieux dont il a conscience sans parvenir à s'en extraire. «Je sais bien que je joue avec ma santé. Mais sans ça, j'ai peur de ne pas faire le poids: ici, on se donne à 200%, on est dans un marathon permanent.» Le regard fuyant, Thomas admet qu'il a songé à en parler à son médecin du travail, ou à son supérieur, avant d'y renoncer. ...

«La prévention, ce n'est pas surveiller les corps ou installer des tests salivaires. C'est interroger l'organisation du travail, les rythmes ou l'isolement.»

... «C'est paradoxal, soupire-t-il. Dans cette entreprise, j'ai plein de collègues qui font de la méditation pour évacuer le stress, mais beaucoup de gens prennent des stimulants en cachette pour encaisser la charge de travail...». Son cas, loin d'être marginal, fait écho à de nombreux récits confidentiels. Des scènes semblables se déroulent, loin des regards, dans bien des entreprises. Stimulants, anxiolytiques, cannabis ou alcool: les substances psychoactives s'invitent dans le quotidien professionnel de salariés sous pression. A l'autre bout du spectre hiérarchique, Sébastien L., 47 ans, directeur d'une entreprise logistique, a vu le phénomène surgir au sein de son équipe. «J'ai recruté il y a quelques années un chef d'équipe exceptionnel, un jeune gars qui abattait un travail colossal, se souvient-il. Il était toujours volontaire pour les heures supplémentaires, énergique, hyper-réactif... Presque trop parfait.»

Intrigué par l'attitude parfois fébrile de cet employé modèle, Sébastien finit par découvrir l'envers du décor. Un matin, alerté par un cariste, il surprend son prodige en train de se passer de l'eau sur le visage, les pupilles dilatées et la mâchoire crispée (symptômes évidents d'une prise de stimulants). Quelques minutes plus tôt, l'homme avait discrètement consommé de la cocaïne avant de prendre son poste, une habitude qu'il pratiquait depuis des mois pour «tenir». «Sur le moment, j'ai accusé le coup, admet le dirigeant. Je me suis senti à la fois trahi et coupable: comment n'avais-je rien vu? J'avais mis sa productivité hors norme sur le compte de sa motivation...»

Passée la stupeur, Sébastien a convoqué l'employé pour un entretien confidentiel. «Je ne voulais pas le jeter à la rue sans comprendre. Il m'a avoué qu'il consommait avant chaque début de poste pour combattre la fatigue des horaires de nuit. Il avait l'impression que "tout le monde fait ça" et que s'il ne se dopait pas, il ne tiendrait pas.» Plutôt que de le licencier, le directeur choisit alors de l'orienter vers le service de prévention interne et un programme d'aide. «C'était ça ou attendre l'accident. On manipule des charges lourdes, des machines; j'ai réalisé qu'en fermant les yeux, je mettais en danger toute l'équipe.» Depuis cet épisode, Sébastien a renforcé les campagnes de sensibilisation sur les risques des assuétudes en milieu professionnel. Il reste toutefois lucide: «Pour un cas qu'on détecte, combien passent entre les mailles du filet, surtout avec le télétravail?»

Une tendance de fond en forte hausse

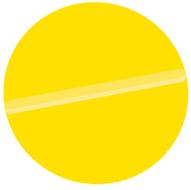
Les histoires de Thomas ou de l'équipe de Sébastien illustrent un phénomène que les chiffres commencent à révéler au grand jour. D'après une étude française révélée en juin dernier, menée par la société iThylo (spécialisée dans les dépistages en entreprise), la consommation de drogues au travail a explosé ces dernières années. «En 2025, 5,3% des travailleurs dépistés ont été testés positifs à l'alcool ou aux stupéfiants, contre 2,6% en 2017», indique le rapport, soit une hausse de 107% en huit ans. La cocaïne est en première ligne: l'étude fait état de «treize fois plus de cas positifs à la cocaïne» détectés en 2025 par rapport à 2017. «La cocaïne est partout, plus seulement dans les soirées des cadres urbains, elle est aussi dans les chantiers ou les ateliers», alerte même l'entreprise à l'origine de l'étude.

Cette banalisation de la poudre blanche s'accompagne d'une démocratisation des profils concernés. Longtemps perçue comme la drogue festive d'une élite, la cocaïne a essaimé bien au-delà. «Il y a la surconsommation dans la restauration, chez les marins-pêcheurs, les chauffeurs routiers, dans les professions sujettes au travail de nuit, les professions de santé: ces secteurs sont amenés à consommer plus de stimulants. Mais ce sont des tendances très générales, c'est un produit qui peut aujourd'hui concerner l'ensemble des classes sociales», souligne Marie Jauffret-Roustide, sociologue et chercheuse à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), en France. La pandémie de Covid-19 semble avoir constitué un point de rupture dans cette hausse. Après les confinements et l'essor du télétravail, les usages auraient bondi: «En comparant les consommations moyennes entre les périodes de 2017 à 2021 et de 2022 à 2025, la consommation de stupéfiants a augmenté de 43%. Il est difficile de conclure si cela est une conséquence directe du Covid mais cette temporalité interroge», note l'étude.

Le travail à distance, en particulier, a pu faciliter une consommation discrète en éloignant les travailleurs du contrôle direct de l'employeur. «Derrière un écran éteint en réunion Zoom, on peut très bien avaler un cachet d'anxiolytique ou fumer un joint sans que personne ne le voie», confie Thomas. L'isolement relatif du télétravail complique ainsi la détection des comportements à risque, un constat partagé par de nombreux responsables RH. Une évolution que

Dans *Le Loup de Wall Street*, Leonardo DiCaprio incarnait un trader succombant à la drogue.



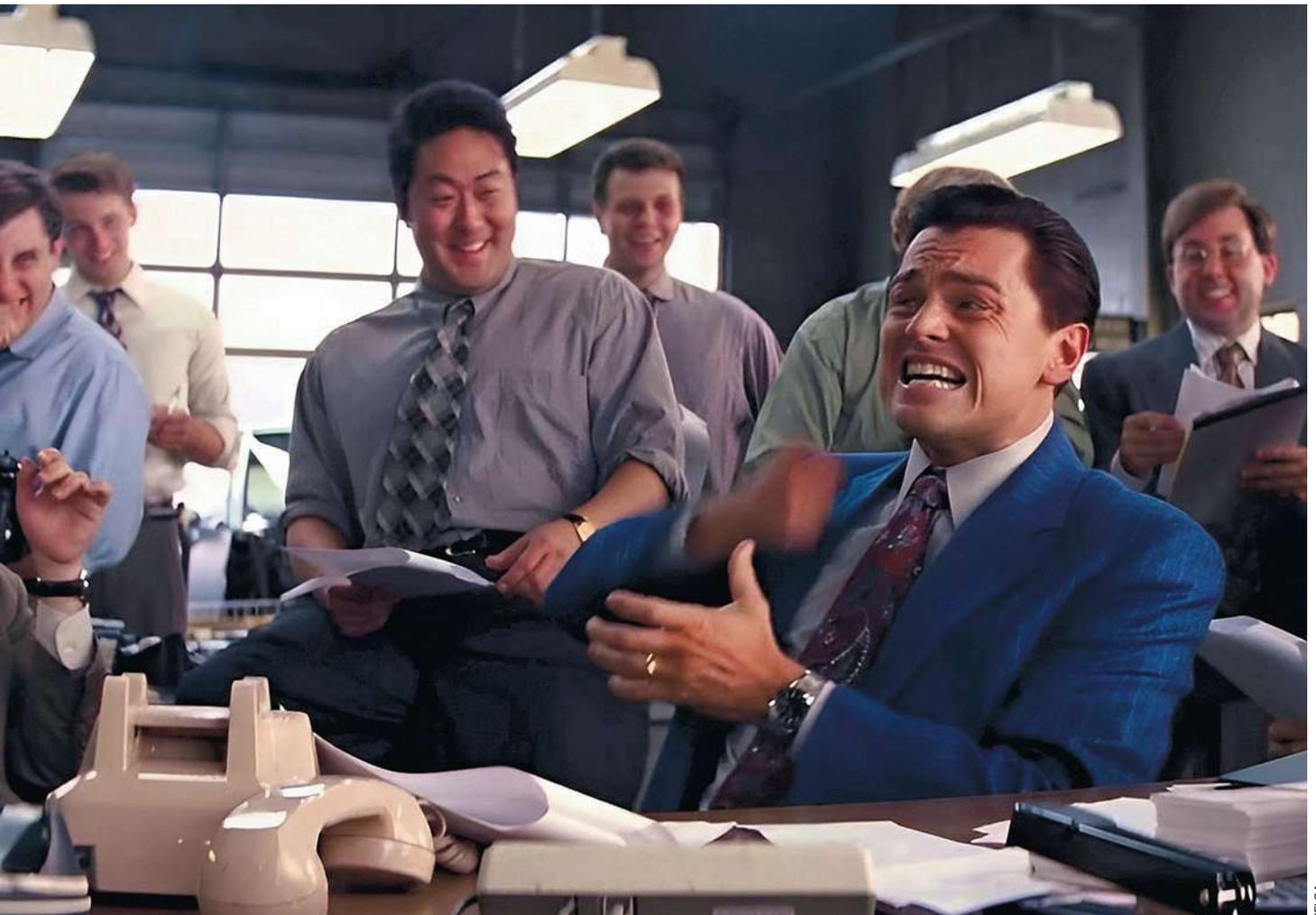


Tanguy Mousserion, chercheur-consultant spécialiste des mutations du travail, décrit comme une «radicalisation silencieuse» des usages déjà présents avant 2020. «Le télétravail a radicalisé certaines tendances déjà à l'œuvre: invisibilisation, effacement des cadres de régulation, isolement subjectif. En dissolvant la matérialité du collectif de travail, il a rendu les usages plus difficiles à repérer, mais aussi plus nécessaires pour certains», explique-t-il.

Intérimaires à risque

Par ailleurs, la précarité de l'emploi et les conditions de travail difficiles constituent des terrains propices aux conduites addictives. L'étude iThylo souligne par

exemple que les salariés intérimaires, souvent soumis aux horaires décalés, aux cadences soutenues et logeant loin de leurs proches, sont particulièrement à risque. «Pour les stupéfiants, ils représentent 25% des tests positifs au cannabis et même 31% à la cocaïne», révèle le rapport. De manière générale, certains secteurs professionnels sont plus touchés: «La consommation de drogue est surreprésentée dans les secteurs où le rythme de travail est soutenu et où l'endurance physique et mentale est mise à rude épreuve», observe l'Observatoire français des drogues et tendances addictives. Ces secteurs en tension (BTP, industrie, , santé, transport...) cumulent stress intense, fatigue physique et pression temporelle. ...





BELGA

... Des drogues à portée de main

Si l'offre de substances illicites n'a jamais été aussi abondante (la Belgique se classant tristement en tête des pays européens pour les traces de cocaïne mesurées dans les eaux usées urbaines), les travailleurs en quête de «dopage» ne se limitent pas aux drogues de rue. Certains se tournent vers des produits légaux détournés, jugés plus «propres» ou plus discrets. C'est le cas des médicaments psychostimulants, surnommés «smart drugs», utilisés pour accroître la concentration et rester éveillé. Ritaline (méthylphénidate) ou Modafinil, normalement prescrits contre la narcolepsie ou les troubles de l'attention, circulent sous le manteau dans certains open spaces.

Le principe? Doper artificiellement le cerveau pour enchaîner les heures de travail intense, sans ressentir ni fatigue ni ennui. Toutefois, le mirage de la pilule de la performance se dissipe vite: une étude de l'université de Cambridge met en garde contre ces usages détournés, ces produits «peuvent avoir des effets néfastes à long terme et s'avèrent surtout inefficaces dans l'augmentation des performances cognitives». En clair, le jeu n'en vaut pas la chandelle: au mieux, le gain intellectuel est nul, au pire, le salarié s'expose à de nombreux risques sanitaires (dépendance, troubles cardiovasculaires, perturbations du sommeil, etc.) similaires à ceux des stupéfiants classiques.

Sur le plan réglementaire, la Belgique a pris les devants depuis plus d'une décennie. Une convention collective (CCT n°100 du 1^{er} avril 2009) oblige chaque employeur du secteur privé à mettre en place une politique préventive en matière de drogues dans l'entreprise. Plutôt que la répression, ce cadre insiste sur l'information, la sensibilisation et l'accompagnement. Concrètement, il s'agit de former les managers et d'informer les travailleurs sur les risques, afin que les problèmes puissent être repérés et traités à temps. Des règles claires doivent être intégrées au règlement de travail (tolérance zéro sur certains postes, interdiction d'être en état d'ébriété pendant le service, etc.), et des procédures prévues pour gérer les cas problématiques (mise à l'écart temporaire d'un salarié en état dangereux, entretien confraternel, orientation vers une aide spécialisée). Enfin, un accompagnement confidentiel de la personne en difficulté est encouragé, via le médecin du travail, les services de prévention ou des programmes externes d'aide aux employés. L'objectif? Aider plutôt que punir, et maintenir l'individu dans une démarche de soins, dans le respect de sa vie privée.

La loi belge encadre strictement le dépistage en entreprise: des tests de dépistage d'alcool ou de stupéfiants ne peuvent être pratiqués que sous de strictes conditions (postes à risque, consentement du travailleur, procédure validée dans le règlement de travail,

Outre la pression individuelle, la culture d'entreprise joue un rôle non négligeable.



«La cocaïne m'aide sur le moment, mais le contrecoup est terrible, un supplice et un cauchemar à peine supportables.»



etc.). Mais la prévention ne se résume pas à une boîte à outils technique. Pour Tanguy Mousserion, elle implique un changement plus profond de culture managériale: «Il y a deux impasses: le laisser-faire, qui invisibilise les usages, et le répressif, qui individualise et stigmatise. Entre les deux, il y a la prévention. Prévenir, ce n'est pas surveiller les corps ou installer des tests salivaires. C'est réinterroger l'organisation du travail, les rythmes, les injonctions paradoxales, l'isolement, les collectifs défaits.» Reste à savoir si les entreprises accepteront ce virage culturel. Car au-delà des consommations, ce sont les conditions de travail elles-mêmes qui se trouvent sur la sellette.

Culture d'entreprise et performance

Comment expliquer cette dérive inquiétante? La pression accrue dans le monde du travail contemporain est pointée du doigt par de nombreux experts. C'est ce que souligne auprès du Vif le sociologue Tanguy Mousserion, spécialiste des mutations du travail, qui refuse d'aborder ces consommations comme de simples dérives individuelles: «Il faut d'abord cesser de poser la drogue comme un dérapage ou une pathologie individuelle. Les consommations de substances psychoactives en milieu professionnel sont des réponses fonctionnelles à des environnements de travail devenus dysfonctionnels. On ne se dope pas dans un vide moral: on se dope pour faire face, pour durer, pour tenir une position intenable. C'est le produit qui vient colmater ce que l'organisation du travail fracture.» De son côté, la psychologue Marie Pezé, spécialiste de la souffrance au travail, constate que «de plus en plus, les salariés mènent des vies d'athlètes de la quantité. L'augmentation des cadences est tellement présente qu'elle atteint les limites neurophysiologiques de l'humain.»

Dans bien des métiers, les objectifs à atteindre excèdent les capacités humaines normales: horaires extensibles, sollicitations permanentes, obligation de productivité maximale. «Ce corps inoxydable que demande l'organisation du travail n'existe pas!», insiste la docteure Marie Pezé. Face à ces exigences impossibles, la drogue devient un moyen de mobiliser artificiellement ses ressources. «La drogue est un moyen de mobiliser son taux hormonal et ses défenses immunitaires. On prend un produit pour tenir le rythme, un autre pour redescendre et se reposer, un autre pour s'endormir, un autre pour se réveiller le matin... C'est un cycle infernal.» Résultat: certains

travailleurs s'engagent dans une véritable course chimique pour encaisser la charge: doper son énergie pour travailler plus, puis avaler un sédatif pour réussir à dormir quelques heures, et ainsi de suite. Outre la pression individuelle, la culture d'entreprise joue également un rôle non négligeable.

Dans certains milieux professionnels, l'usage d'alcool ou de drogues fait presque partie du paysage. «Sur les chantiers de gros œuvre, par exemple, l'alcool fait partie de la culture d'entreprise», observe la sociologue Marie Ngo Nguene, qui a enquêté dans le secteur du bâtiment. Les occasions de trinquer entre collègues sont nombreuses et intégrées aux rites de chantier: «On boit ensemble pour les ouvertures de chantiers, pour les fêtes calendaires, les naissances, les nouveaux recrutements, les fins de chantier. C'est un moyen de récompenser les équipes après l'effort et de créer une coordination». Si ces moments conviviaux peuvent souder les équipes, ils banalisent aussi la consommation d'alcool au point de faire glisser certains dans une dépendance quotidienne. Dans le secteur de la restauration, le même schéma se répète en fin de service: «Les serveurs de bars-restaurants ont des horaires décalés incompatibles avec une vie sociale normale, rappelle la chercheuse. A la fin du service, il est agréable de partager du temps de repos avec ses collègues.» L'alcool coule alors à nouveau à flots, mais également la cocaïne, qui «permet aux serveurs de tenir des rythmes rapides tout en accueillant la clientèle avec une humeur égale».

Autrement dit, la poudre blanche sert de «super carburant» pour rester efficace et aimable malgré la fatigue. Là encore, l'usage peut devenir systématique, encouragé par l'environnement: si tout le monde le fait, pourquoi pas moi? Au-delà des cas de figure où la culture d'entreprise encourage implicitement ces écarts, certaines politiques managériales peuvent indirectement pousser à la consommation. Par exemple, dans des entreprises où la rémunération variable dépend étroitement des performances, la tentation est forte de recourir à des aides artificielles pour doper ses résultats. «Dans certains bars-restaurants, les serveurs sont incités à travailler à une cadence plus soutenue pour gagner plus», décrit Marie Ngo Nguene. A mesure que les lignes de cocaïne se banalisent dans certains milieux professionnels, la frontière entre performance et «suradaptation» s'estompe. Ces usages disent aussi quelque chose du travail contemporain: ses cadences, ses exigences, ses zones d'ombre... ●

