

Santé

La Ritaline s'impose parmi les salariés et les étudiants

De plus en plus de Suisses utilisent ce médicament controversé pour améliorer leurs performances. Témoignage

Hélène Joaquim

La première fois qu'Amanda a pris de la Ritaline, elle avait 18 ans, et était au gymnase. «J'avais une quantité immense de travail avant mes examens et je n'en voyais pas le bout. Une amie hyperactive m'a proposé un comprimé en me disant que je bossais super efficacement», raconte l'étudiante en sociologie. Et cela a été le cas: «J'ai terminé mon programme en un après-midi!» Un an plus tard, avant ses examens de maturité, Amanda commence à avoir beaucoup de mal à se concentrer. «Je n'enregistre plus rien, c'était horrible. Je suis allée voir mon psy et lui ai expliqué le problème en lui demandant de la Ritaline, raconte-t-elle. Il a décelé chez moi un léger trouble de l'attention et m'en a prescrit car il ne voulait pas que j'en prenne sans un cadre médical adapté.»

En effet, quel que soit son objectif, la prise de Ritaline doit être scrupuleusement encadrée. «Il est important qu'une prise en charge psychothérapeutique ait lieu parallèlement. Celle-ci comprend les analyses comportementales et l'apprentissage de stratégies pour gérer les symptômes», explique Toni Berthel, président de la Commission fédérale pour les questions liées à l'addiction. Selon ce psychiatre, la Ritaline a des effets calmants sur les personnes souff-



L'usage de ce médicament s'est élargi. Selon Swissmedic, en dix ans, la quantité de Ritaline vendue en Suisse a triplé. Elle est passée de 140 kilos en 2005 à 346 en 2014. KEYSTONE

frant de troubles de l'attention. «Ils peuvent mieux se concentrer, sont moins distraits et peuvent mieux structurer leurs activités et leur vie quotidienne.»

Cependant, sa consommation quotidienne pour essayer d'améliorer ses performances cognitives ou sa concentration peut s'avérer dangereuse, relève Toni Berthel. «Mal utilisé, ce médicament qui agit sur le psychisme peut se transformer en véritable drogue et conduire à la dépendance.» Mais loin de vouloir diaboliser la Ritaline, il soutient que «le méthylphénidate est, quand il est correctement prescrit, un bon médicament qui aide les patients.»

En dix ans, la quantité de Ritaline vendue en Suisse a triplé, selon Swissmedic. Elle est passée de 140 kilos en 2005, à 346 en 2014.

La Ritaline est un médicament normalement utilisé contre les troubles déficitaires de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA-H). A la base, elle était destinée aux enfants hyperactifs. Désormais, son usage s'est élargi. Le médicament est aujourd'hui utilisé par des étudiants pour gérer leur période d'examens ou par des adultes pour augmenter leurs capacités au travail.

Pression au bureau

Cette nouvelle utilisation de la Ritaline - et ce qu'elle révèle de notre société - est sujette à controverse. «En trente ans, on est passé d'une consommation revendicative, alternative à une consommation pour être toujours plus efficace», explique Jean-Félix Savary, secrétaire général du Groupement

romand d'études des addictions (GREA). Cette recherche de performance serait notamment due à la pression rencontrée sur le lieu de travail. «Les drogues comme les amphétamines (dont la méthylphénidate est très proche) peuvent être consommées dans cette optique.» Pour ce spécialiste, la souffrance au travail pourrait déboucher sur la prise excessive d'alcool ou de médicaments.

En 2010, un rapport du Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO) relevait qu'un tiers des gens en emploi déclarait avoir besoin de produits psychotropes ou de médicaments pour gérer le stress au travail. «Ils ont besoin d'un accompagnement chimique pour tenir les objectifs et cela devrait nous interpeller», souligne Jean-Félix Savary.

L'EPFL Valais recrute une star de la médecine

Le professeur allemand Friedhelm Hummel, expert de la neuro-réhabilitation clinique, travaillera à Sion et à Genève

Mettre la technologie au service des personnes handicapées, telle est l'ambition de la nouvelle chaire en neuro-ingénierie clinique inaugurée hier à Sion. Son titulaire, le professeur Friedhelm Hummel, est un expert mondialement connu dans la réadaptation après un accident vasculaire cérébral (AVC). Cet Allemand avait été nommé en juillet professeur ordinaire de sciences de la vie à l'Ecole polytechnique fédérale de Lausanne (EPFL). Il partagera son temps de travail entre l'antenne valaisanne de l'EPFL et les quartiers genevois de l'institution, situés au Campus Biotech.

«Nous avons trouvé la perle rare», s'est réjoui Patrick Aebischer, président de l'EPFL, devant un parterre d'invités réunis à la Clinique romande de réadaptation (CRR) de la Suva à Sion. Friedhelm Hummel occupait jusqu'ici les postes de vice-directeur du service de neurologie et de responsable des laboratoires du sommeil et d'imagerie cérébrale et de neurostimulation du Centre hospitalier universitaire Hamburg-Eppendorf (D). Il est le pionnier d'une méthode basée sur la stimulation électrique et magnétique du cerveau. Une méthode non invasive qui doit permettre aux victimes d'un AVC de récupérer au mieux leur autonomie.

Chaque année, 16 000 Suisses et plus de 12 millions de personnes dans le monde sont touchés par un AVC. Qui constitue la première cause de handicap chez l'adulte, rappelle l'EPFL. Et seul un patient sur quatre est exempt de séquelles.

Selon Patrick Aebischer, Friedhelm Hummel dispose des compétences idéales pour faire le pont entre les technologies développées par l'antenne genevoise de l'EPFL et les patients. A la CRR, le

professeur disposera notamment d'un laboratoire de quelque 300 m² et constituera une équipe d'une dizaine de chercheurs.

La nouvelle chaire en neuro-ingénierie clinique coûte 5 millions de francs, a indiqué Patrick Aebischer. La moitié est financée par le budget de l'EPFL, l'autre par la fondation Defitech, créée par Daniel Borel, créateur de Logitech, et son épouse.

La chaire de Friedhelm Hummel est rattachée au Centre de neuroprothèses de l'EPFL, déjà en fonction à la CRR. Ce centre est actif notamment dans la mise au point de prothèses «intelligentes», de reconstruction de fibres de la moelle épinière ou encore dans le développement d'implants souples.

«Nous avons trouvé la perle rare»



Patrick Aebischer
Président de l'EPFL

Pour l'antenne valaisanne de l'EPFL, ce recrutement s'inscrit dans une continuité d'efforts visant à faire de Sion un centre mondial de la recherche en neuro-réhabilitation. Depuis 2013, plus de 100 patients de l'Hôpital du Valais et de la CRR en ont déjà bénéficié. Dix projets cliniques y sont en cours.

Aux activités de Friedhelm Hummel en terre valaisanne s'ajoutent celles de Grégoire Courtine, connu pour ses résultats spectaculaires dans le domaine du traitement des lésions de la moelle épinière», souligne l'EPFL Valais/Wallis. De nombreuses collaborations existent et se développent encore avec notamment la HES-SO Valais, la CRR, l'EPFL et l'Hôpital du Valais. **ATS/P.M.**

Un atelier genevois offre des emplois sociaux bons pour l'environnement

Chez Ecologic, le recyclage de vieux ordinateurs offre un vrai travail aux personnes handicapées. Visite

«Ecologic n'est pas un atelier protégé. Nous donnons un vrai travail rémunéré à nos collaborateurs.» Denis Schmitt, responsable des multiples ateliers des Etablissements publics pour l'intégration (EPI), à Genève, tient à faire la distinction. Les collaborateurs en question ont beau être des personnes handicapées ou en difficulté d'insertion professionnelle, ils n'en fournissent pas moins un travail lucratif. En plus, c'est bon pour l'environnement.

Ces ateliers situés à la Praille se sont spécialisés dans le recyclage de matériel électronique, ainsi que dans la récupération des cartouches d'encre usagées pour imprimantes. Celles-ci sont collectées dans près de mille entreprises et collectivités genevoises et vaudoises, puis triées par marque et par modèle avant d'être vendues à des spécialistes qui les reconditionnent pour les remplir d'encre et les commercialiser. En 2015, 60 000 cartouches ont ainsi pu être remises dans le circuit.

Quant aux vieux ordinateurs, écrans, téléphones et autres lec-

teurs de DVD, on les démantèle pièce par pièce afin de séparer toutes les matières premières et de les revendre à des entreprises de recyclage. Pour certains appareils, le taux de fragmentation dépasse 90% et seuls 10% sont des matériaux composites qui doivent être incinérés.

«Les grosses entreprises de recyclage n'ont pas la main-d'œuvre pour faire ce travail»

Frédéric Métral
Responsable d'Ecologic

Plastique, cuivre, câbles, fonte d'aluminium, tubes cathodiques, circuits imprimés, piles: les matériaux sont triés en vingt catégories différentes. Certaines ont beaucoup de valeur, comme le cuivre ou les circuits imprimés, qui contiennent des contacts en or. D'autres sont des déchets spéciaux qui doivent être dépollués ailleurs, comme les batteries ou les condensateurs. En tout, 350 tonnes de matériaux sont traitées ici chaque année.

«Nous occupons une niche au niveau local parce que les grosses entreprises de recyclage n'ont pas la main-d'œuvre pour faire ce travail, affirme Frédéric Métral, responsable d'Ecologic. Le tri fait à la main est plus efficace. Nous obtenons par exemple un cuivre d'un très haut niveau de pureté. Le tri mécanique n'est pas aussi fin.»

Denis Schmitt renchérit: «J'aime croire que nos clients n'ont pas recours à nos services seulement parce que nous assurons une prestation sociale, mais aussi parce que nous proposons des produits de qualité à un tarif concurrentiel.» Parmi les clients institutionnels, on trouve notamment les Services industriels de Genève (SIG), l'EPFL et les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG).

Si le but premier est l'intégration des personnes handicapées ou en rupture socioprofessionnelle, leur travail dégage quand même assez de bénéfices pour couvrir l'intégralité de leurs salaires, soit 40% du budget des EPI. Les autres 60%, soit les salaires de l'encadrement, sont subventionnés par l'Etat. L'organisation du travail est toutefois adaptée aux capacités réduites des collaborateurs, qui travaillent presque tous à temps partiel du fait de leur handicap ou de leurs problèmes psychiques. **Antoine Grosjean**

PUBLICITÉ

24 heures

Concours

24 HEURES VOUS OFFRE 25 X 2 BILLETS POUR LE COMPTOIR SUISSE

COMPTOIR SUISSE

DU SAMEDI 10 AU LUNDI DU JEÛNE 19 SEPTEMBRE

SMS PAR SMS (Fr. 1.50/SMS)
Tapez **24 COMPTOIR**
Envoyez le message au numéro **8000**

PAR TÉLÉPHONE
(Fr. 1.50/l'appel depuis une ligne fixe)
Appelez le **0901 441 444**
code 60

PAR COURRIER
Envoyez une carte postale avec vos coordonnées complètes à:
24 heures, concours «Comptoir Suisse»,
av. de la Gare 33, 1001 Lausanne

PAR INTERNET
www.24heures.ch/concours

Délai de participation: samedi 27 août 2016 à 22h. Conditions sous www.24heures.ch/concours