



Appellations communes:

Café, thé, boissons énergisantes (ex., Red Bull^{MC}, Monster^{MC}), sodas (ex., Coca-Cola^{MC}, Pepsi^{MC}), guarana.

Voies de consommation:

Ingestion (avalé: breuvage, capsules).

Utilisation

Récréative: Augmentation de la vigilance, amélioration de la concentration, réduction de la fatigue, stimulation de l'humeur, augmentation des performances physiques et mentales.

En plus de la caféine, les boissons énergisantes contiennent souvent du sucre, du guarana (source supplémentaire de caféine), de la taurine, des vitamines B, et parfois d'autres stimulants comme le ginseng.

Possible dépendance physique et psychologique.

Interactions

Peut interagir avec les stimulants (p. ex. amphétamines, méthylphénidate), les inhibiteurs de la MAO (risque hypertensif), certains médicaments (anticoagulants, certains antibiotiques comme les quinolones), et l'alcool.

La combinaison de caféine et de grandes quantités de sucre peut exacerber les effets négatifs (hyperglycémie, déshydratation, nervosité).

Certaines boissons énergisantes contiennent de l'alcool (p. ex. Rockstar^{MC}). L'effet stimulant peut cacher les effets d'intoxication à l'alcool, augmentant ainsi les comportements à risque.

Antagoniste compétitif des récepteurs adénosine (A1 et A2A) dans le système nerveux central. Bloque l'effet sédatif de l'adénosine, augmentant ainsi l'éveil, la vigilance et la dopamine.

Intoxication

Les adolescents et jeunes adultes représentent la majorité des cas d'intoxication et aux boissons énergisantes.

Symptômes: agitation, nervosité, insomnie, tachycardie, palpitations, tremblements, nausées, vomissements, hypotension, hyperventilation, délirium, convulsions.

Une personne gravement intoxiquée ou somnolente ne doit jamais être laissée seule ni consommer de nouveau.

En cas de symptômes graves (paranoïa, hallucinations, agressivité), ou si la personne est inconsciente, sans pouls ou montre des signes de surdose (respiration lente, ronflements, etc.), il faut immédiatement contacter les services d'urgence appropriés.

En cas de suspicion de surdose aux opioïdes, administrez la naloxone sans hésiter, même si la présence d'opioïdes n'est pas confirmée.

[Administrez la naloxone](#)



Traitements et complications de l'intoxication

Gestion des symptômes:

Hydratation (par la bouche ou en intraveineux si nécessaire, pour l'hypotension et la déshydratation), benzodiazépines pour réduire l'agitation/convulsions, surveillance de la fonction cardiaque et respiratoire, correction des troubles électrolytiques.

Complications: attaque de panique, arythmies cardiaques (fibrillation auriculaire, tachycardie ventriculaire), déshydratation, hyperthermie dans les cas graves (souvent liée à une consommation excessive de boissons énergisantes).

En cas de surdose sévère: convulsions, arythmies cardiaques, hypokaliémie, hyperglycémie, acidose métabolique.



Surveillance clinique des complications de l'intoxication

Surveillance clinique en cas d'intoxication:

- Surveillance des signes vitaux: hyperthermie, tachycardie
- Surveillance cardiovasculaire: palpitations, douleur rétrosternale
 - Au besoin: électrocardiogramme et moniteur cardiaque
- Surveillance neurologique: signes neurologiques, agitation

Laboratoires à envisager selon la clinique:

- Fonction rénale
- Électrolytes
- Gaz sanguin

Sevrage

Symptômes: maux de tête (céphalées), fatigue, somnolence, irritabilité, baisse de la concentration et de l'énergie, humeur dépressive.

Ces symptômes apparaissent généralement 12 à 24 heures après l'arrêt de la consommation et peuvent durer plusieurs jours.

Traitement: réduction progressive de la consommation pour éviter les symptômes de sevrage, hydratation, soutien psychologique si nécessaire.

Les complications sont rares, mais une fatigue importante ou des troubles de l'humeur peuvent nécessiter une surveillance psychologique.

Ressources complémentaires

- [Répertoire des ressources en dépendance \(MSSS\)](#)
- [Pratiques bienveillantes d'intervention auprès de personnes qui utilisent des drogues \(CATIE\)](#)
- [Réduction des méfaits \(INSPQ\)](#)
- [Approche tenant compte des traumatismes et de la violence en dépendance et itinérance \(ESCODI\)](#)
- [Les effets des boissons énergisantes sur le système cardiovasculaire \(Institut de cardiologie de Montréal\)](#)
- [Boissons énergisantes et trouble concomitant \(CECTC\)](#)
- [Boissons énergisantes : risques liés à la consommation et perspectives de santé publique \(INSPQ\)](#)

Références

Benefits and risks of caffeine and caffeinated beverages (UpToDate: version en ligne mise à jour le 15 janvier 2025)
La Caféine (CAMH)
Effets néfastes potentiels des boissons énergisantes sur la santé de personnes adultes présentant un trouble concomitant de santé mentale et de toxicomanie (ETMI) (Institut universitaire en santé mentale de Montréal)
Fortinash, Holoday Worret, Homes, Paradis-Gagné, & Lavertu. (2016). *Soins infirmiers: Santé mentale et psychiatrie* (2e éd.). Chenelière Éducation.

Liens consultés le 6 mai 2025