

Les sélections documentaires de NADJA

Septembre 2026



ADDICTIONS ET INTERVENTIONS A DISTANCE



CENTRE NADJA

service spécialisé en assuétudes - operateur en promotion de la santé
Rue Fond St Servais 6, 4000 Liège- 4000 LIEGE -





INTRODUCTION

Le centre de documentation de Nadja vous propose, pour ce mois de septembre
 « **Addictions et interventions à distance** ».

Depuis la pandémie, ces pratiques ont quitté le cadre dérogatoire pour s'intégrer de manière plus structurelle dans les réseaux de soins, notamment pour les troubles liés à l'alcool et aux opioïdes.

La littérature scientifique s'accorde à dire que ces soins sont généralement réalisables, acceptés par les patients et peuvent présenter, à court terme, des résultats cliniques comparables au présentiel. Mais par ailleurs, elle constate un manque de standardisation des indicateurs de qualité et du vocabulaire, limitant la portée des comparaisons internationales. Le concept même de télésoin englobe des réalités très diverses (vidéo, appel audio, applications prescrites, modèles hybrides), ce qui explique en partie l'hétérogénéité des résultats observés concernant l'alliance thérapeutique et l'engagement.

Les données suggèrent que la souplesse d'utilisation, la qualité de l'accompagnement humain et la prise en compte des ressources matérielles du patient conditionnent davantage la pertinence de l'intervention que la simple mise à disposition d'une interface numérique.

Cette revue documentaire présente différents types d'interventions : la télépsychologie, la gestion comportementale, les applications et SMS, les services virtuels de réduction des risques, les lignes d'écoute par téléphones ou encore les forums de discussions en ligne relevant de la pair-aidance.

ACCEDER AUX DOCUMENTS DANS LE PDF

Un clic sur le titre d'une notice renvoie vers celle-ci dans la base documentaire de Nadja :
https://pmb.nadja-asbl.be/pmb/opac_css/

Chaque référence bibliographique est conçue pour être facilement accessible. Vous pouvez la consulter gratuitement en seulement deux étapes :

1. **Premier clic** : Un clic (gauche) sur la référence bibliographique vous renvoie directement à la notice détaillée du document dans notre catalogue en ligne.
2. **Deuxième clic** : Une fois sur la page de la notice, repérez le **lien cliquable** situé en bas de celle-ci. Ce lien vous dirigera vers le document complet sur son site d'origine, s'il est disponible gratuitement en ligne.

Les ouvrages en prêt sont disponibles au centre de documentation. Il est demandé de prendre un rendez-vous par e-mail : documentation@nadja-asbl.be



Psychoactif, la réduction des risques à l'heure d'internet

de Pierre Chappard

In *Rhizome*, N°61 (Septembre 2016), pp. 6-7

En ligne : [www.ch-le-vinatier.fr\[...\]](http://www.ch-le-vinatier.fr[...])

La plateforme Psychoactif est née en 2006 sous la forme d'un forum, du constat de l'absence de groupe de parole d'usagers actifs pour parler de la réduction des risques (RDR) et des traitements de substitution. Il n'y avait pas de structure équivalente à Narcotiques Anonyme pour parler de réduction des risques. En 2012, l'association Psychoactif est créée pour porter juridiquement et financièrement la plate-forme. D'autres outils de témoignages sont mis en place: blog, réseaux sociaux, wiki, quiz... et la plateforme s'ouvre à toutes les drogues, licites ou illicites. La fréquentation explose, passant de 400 visites par jour en 2012 à plus de 12 000 visites en 2016. Les objectifs de Psychoactif (plateforme et association) sont de deux ordres: pratique, en aidant les consommateurs par le partage des expériences et l'apport des études scientifiques, mais aussi politique : il s'agit de se servir des centaines de milliers de témoignages recueillis pour modifier les politiques publiques et les pratiques professionnelles sur les addictions.



Qu'est-ce que la cyberpsychologie ?

de Stéphane Bouchard

In *Rhizome*, N°61 (Septembre 2016), pp. 17-18

En ligne : [www.ch-le-vinatier.fr\[...\]](http://www.ch-le-vinatier.fr[...])

La cyberpsychologie se définit comme l'étude des phénomènes mentaux appliquée au cyberspace, soit le monde virtuel, artificiel et recréé. La réalité virtuelle et la télépsycho-thérapie sont deux exemples concrets de la cyberpsychologie. La réalité virtuelle, par le biais technologique des visiocasques (lunettes à réalité virtuelle), permet de plonger l'individu dans un environnement recréé par ordinateur. Ce type de technologie peut être utilisé à des fins psychothérapeutiques ou d'évaluation clinique. La télépsychothérapie, autrement dit la psychothérapie par internet, réfère à l'application de la psychothérapie par vidéoconférence.



Interventions par Internet pour les dépendances comportementales : une revue systématique

de Boumparis, N., Haug, S., Abend, S.

[S.I.] : Journal of Behavioral Addictions, 2021

En ligne : [pmc.ncbi.nlm.nih.gov\[...\]](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34111111/)

Les addictions comportementales constituent un problème de santé publique préjudiciable aux individus et à la société. Les interventions en ligne présentent des avantages potentiels par rapport aux thérapies en face à face pour le traitement de ces addictions, notamment leur accessibilité, l'anonymat perçu et leur faible coût. Nous avons réalisé une revue systématique des caractéristiques et de l'efficacité de ces interventions. Vingt-neuf études ont été évaluées dans cette revue systématique. Une hétérogénéité considérable a été observée entre elles concernant diverses caractéristiques, notamment les outils de dépistage, les critères d'inclusion et les mesures des résultats. Les taux d'attrition variaient également considérablement (9 à 89 %), de même que la qualité des études : sur les 29 études, trois ont été jugées méthodologiquement solides, douze modérées et quatorze faibles. Vingt-deux études portaient sur le trouble du jeu pathologique. La plupart ont révélé des effets significatifs au sein du groupe pour l'intervention évaluée sur les symptômes liés au jeu, et quatre d'entre elles ont identifié des effets significatifs entre les groupes.



Effets de la thérapie cognitivo-comportementale par Internet pour la consommation nocive d'alcool et la dépendance à l'alcool, en auto-assistance ou avec l'aide d'un thérapeute : essai randomisé à trois bras

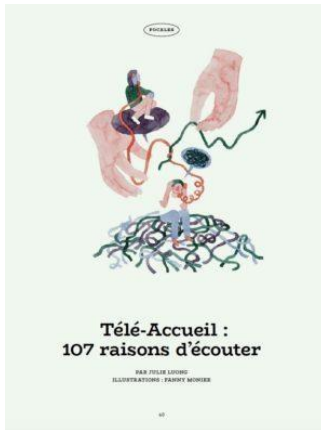
de Johansson, M., Berman, A., Sinadinovic, K., et al.

Mai. [S.I.] : Journal of Medical Internet Research, 2021

En ligne : [pmc.ncbi.nlm.nih.gov\[...\]](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34111111/)

La consommation d'alcool contribue fortement à la détérioration de la santé. Nombre de personnes souffrant d'une consommation nocive ou de dépendance à l'alcool ne se font pas soigner en raison de l'accès limité aux soins ou de la stigmatisation. Elles peuvent alors se tourner vers les interventions en ligne comme alternative pour obtenir du soutien. Des études antérieures, incluant la consommation à risque, ont démontré l'efficacité de ces interventions pour réduire la consommation d'alcool ; toutefois, peu d'études ont porté spécifiquement sur la consommation nocive ou la

dépendance à l'alcool. L'importance de l'accompagnement thérapeutique dans les programmes de thérapie cognitivo-comportementale en ligne reste encore à préciser. Cet essai vise à étudier les effets d'un programme de traitement de l'alcoolisme en ligne, avec ou sans accompagnement thérapeutique, auprès d'adultes anonymes en quête d'aide.



[Télé-Accueil : 107 raisons d'écouter](#)

de Luong, J.

[S.I.] : Alter-Echos, 2020

En ligne : [www.alterechos.be\[...\]](http://www.alterechos.be[...])

«Avant de vous suicider, téléphonez-moi!» Insérée dans les journaux londoniens en 1953 par West, un pasteur baptiste, cette interpellation est emblématique d'une préoccupation de l'Europe d'après-guerre : l'augmentation significative des suicides, comme un effet enchâssé des horreurs, de la peur, des privations. Ce seront les prémices de la première ligne d'aide par téléphone, les Samaritains. À l'occasion de l'Exposition universelle de 1958, un groupe de catholiques décide à son tour de créer une permanence téléphonique à Bruxelles. Le premier centre Télé-Accueil y voit le jour en 1959, avant d'ouvrir des permanences dans d'autres villes en Wallonie. Des services similaires émergeront à peu près partout en Europe. Aujourd'hui, la Fédération internationale des services d'aide par téléphone (IFOTES) regroupe plus d'une trentaine d'associations dans le monde. L'ancrage religieux a laissé place à la motivation citoyenne.



[La télémédecine facilitée comme intervention sociotechnique centrée sur le patient pour intégrer le traitement de l'hépatite C aux programmes de traitement de la dépendance aux opioïdes et réduire la fracture numérique parmi les populations mal desservies : étude qualitative](#)

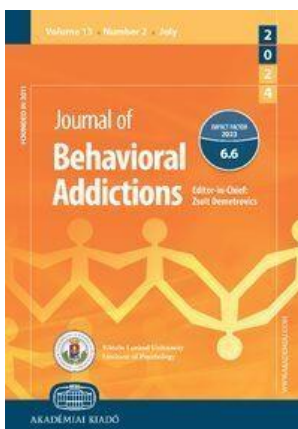
de Talal, A., Dharia, A., Markatou, M.

Mai. [S.I.] : Journal of Medical Internet Research (Toronto), 2025

En ligne : [preprints.jmir.org\[...\]](http://preprints.jmir.org[...])

Les personnes souffrant de troubles liés à l'usage d'opioïdes (TUO) présentent les taux d'infection par le virus de l'hépatite C (VHC) les plus élevés. Malgré l'existence de traitements curatifs contre le VHC, leur accès aux soins reste limité, principalement en raison de la stigmatisation. Dans un essai contrôlé

randomisé (ECR) pragmatique récent, nous avons comparé une intervention de télémédecine facilitée pour le traitement du VHC, intégrée aux programmes de traitement de la dépendance aux opioïdes (PTO), à une orientation vers un service externe. La télémédecine facilitée consiste en une vidéoconférence bidirectionnelle entre un professionnel de santé à distance et un patient, avec le soutien d'un gestionnaire de cas qui facilite la consultation. Ce gestionnaire de cas planifie les téléconsultations, envoie des rappels de rendez-vous et utilise le matériel numérique. Parmi les 602 participants à l'ECR, 90 % (n = 262) ont été guéris grâce à la télémédecine facilitée et 39 % (n = 123) grâce à une orientation vers un service externe.



[Thérapie cognitive en ligne de 8 semaines pour les joueurs pathologiques : les effets modérateurs des symptômes dépressifs et du contrôle financier perçu](#)

de Palomaki, J., Heiskanen, M., Castren, S.

Mai. 2022

En ligne : [doi.org\[...\]](https://doi.org/10.1007/s12320-022-01000-0)

Les personnes souffrant de problèmes de jeu ont des profils très divers. La présentation clinique et les comorbidités associées au jeu pathologique varient considérablement. Les joueurs pathologiques diffèrent par leur niveau d'endettement, leur dépression, leur sentiment de contrôle financier et les stratégies de redressement financier dont ils disposent. Cette hétérogénéité doit être prise en compte lors de l'élaboration et de l'évaluation des interventions. Le programme Peli Poikki (PP) est une thérapie en ligne gratuite et anonyme de huit semaines destinée aux joueurs compulsifs majeurs résidant en Finlande. Géré par la ligne d'écoute Peluuri, il combine modules hebdomadaires, suivi téléphonique avec un thérapeute et forum facultatif. Ce programme très accessible n'impose aucun critère d'exclusion. Il est toutefois recommandé de consulter un médecin en cas de dépression sévère et d'éviter de suivre un autre traitement contre le jeu en parallèle, bien que les soins pour d'autres troubles de la santé mentale et la participation à des groupes d'entraide soient autorisés.



[L'aide en ligne pour faciliter l'accès aux soins](#)

de Cruypheninck, M., Decarpentrie, A., Hernandez, A., et al.
[S.I.] : Addiction(s) Recherches et Pratiques, 2025, pp.32-35
En ligne : grea.ch...

Face aux freins persistants à l'accès aux soins en addictologie, l'association Le Pélican a développé des dispositifs d'aide en ligne pour l'alcool et les jeux d'argent. Accessibles, anonymes et gratuits, ces plateformes constituent un premier espace sécurisant pour initier le changement, réduire le délai de consultation et renforcer la continuité des soins, tout en soulevant de nouveaux enjeux cliniques, techniques et politiques. L'association Le Pélican est un centre ambulatoire non médicalisé à Bruxelles, spécialisé dans les problématiques liées aux drogues et aux addictions. Ses missions s'articulent autour de quatre axes : l'accompagnement psychologique, la prévention, la formation et la réinsertion.



JMIR Publications
Advancing Digital Health & Open Science

[Forums en ligne pour les personnes souffrant de troubles liés à la consommation de substances ou au jeu pathologique : une étude exploratoire](#)

de ET AL.

Journal of Medical Internet Research, 2024, pp.32-35

En ligne : doi.org...

Pour les personnes souffrant de troubles liés à l'usage de substances ou au jeu pathologique, les forums en ligne d'entraide offrent un espace où elles peuvent partager leurs expériences, se rassembler autour d'un objectif commun et trouver un soutien mutuel. Ce soutien en ligne peut contribuer à lever les obstacles à la participation à des rencontres en présentiel, en permettant aux personnes dépendantes de rechercher de l'aide au-delà de leur lieu de résidence et, si elles le souhaitent, de préserver leur anonymat. Comprendre qui participe à ces forums (et comment), ainsi que les principes qui les sous-tendent, peut également être utile à ceux qui souhaitent concevoir ou mettre en œuvre des plateformes similaires.



[Mettre en place des outils de e-santé et de téléconsultation en addictologie](#)

de Association Addictions France, ET AL.

Paris : Association Addictions France, 2021, 13p.

En ligne : [addictions-france.org\[...\]](http://addictions-france.org[...])

L'objet de cette fiche repère est de définir ce qu'englobe la e-santé, de mettre en avant les possibilités qu'offrent ces outils numériques et enfin d'apporter de premières pistes pour une mise en œuvre pratique. Il s'agit d'un sujet d'actualité, et dans tous les domaines de la santé ces outils s'implantent très rapidement. Cette fiche repère n'a pas vocation à être exhaustive mais de donner des éléments concrets permettant de préparer un projet de téléconsultation et de connaître les prérequis et la marche à suivre. Cette fiche repère est amenée à évoluer régulièrement en fonction notamment de l'avancée des travaux engagés au plan national entre les pouvoirs publics et les fédérations du secteur.



[Inventaire et analyse des essais contrôlés d'applications mobiles ciblant les troubles liés à l'usage de substances : une revue systématique](#)

de BAHADOOR, R., Jean-Marc Alexandre, Fournet, L., et al.

[S.I.] : Frontiers (USA), 2021

En ligne : [doi.org\[...\]](https://doi.org/[...])

Les troubles de l'usage de substances et les dépendances comportementales affectent 10 à 15 % de la population mondiale, provoquant un lourd bilan humain avec des millions de décès chaque année. La dépendance est une pathologie chronique fortement marquée par le besoin impérieux de consommer, un symptôme majeur responsable de nombreuses rechutes. Pourtant, moins de 20 % des malades bénéficient d'un accès à un traitement approprié dans le monde. Pour pallier ce déficit de prise en charge, la santé mobile, ou mSanté, représente une solution stratégique. En s'appuyant sur les technologies mobiles, elle favorise un diagnostic précoce et un meilleur accès aux soins, permettant d'atteindre les patients plus facilement et de surmonter les inégalités sociales ou territoriales en matière de santé.



[La réduction des risques à distance : un programme adapté et efficace pour faire face à la pandémie de Covid-19](#)

de M. Torres-Leguizamon, G. Reynaud, E., Thomas Néfau, et al.
[S.l.] : Psychotropes, 2020, pp.123-137

En ligne : [doi.org/...](#)

Le programme de réduction des risques à distance initié par l'association SAFE en 2011 est le premier de ce genre au monde. Il est gratuit et confidentiel, et est destiné aux usagers de substances psychoactives qui ont des difficultés à accéder aux outils et aux conseils de réduction des risques (RDR) diffusés dans des structures spécialisées telles que les CAARUD (Centre d'Accueil et Accompagnement à la Réduction de risques pour les Usagers de Drogues), et les CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). En effet, malgré les multiples programmes de RDR existant dans le monde, il subsiste encore un nombre important de consommateurs de drogues qui n'ont pas accès à ce type de services. Les difficultés d'accès sont variées et parfois multiples. Elles peuvent être par exemple d'habiter dans des zones rurales et/ou avoir des difficultés à se déplacer vers le centre d'accueil le plus proche ou encore avoir des horaires de travail incompatibles avec les heures d'ouverture des centres. Il arrive aussi parfois que les centres ne proposent pas la quantité et/ou la variété d'outils adaptées pour les usagers.



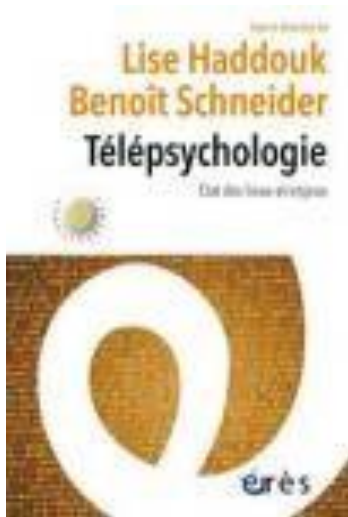
[La télépsychologie. Opportunité et continuité des soins ?](#)

de Grégory Lambrette

VST - Vie Sociale et traitements, 2021, PP.5-8

En ligne : [doi.org/...](#)

L'émergence des nouvelles technologies de l'information et de la communication a favorisé le développement d'une offre de service dans le champ de la santé physique. Plus réticent, dans un premier temps du moins, à ce type de pratique, le monde de la relation s'est progressivement ouvert à un certain nombre d'outils appartenant à ces nouvelles technologies et favorisant le rapprochement entre les services psychologiques d'aide et le patient. La pandémie liée au Covid-19 a accéléré ce processus d'implémentation afin de garantir la pérennité de l'offre et la continuité des soins.



Télépsychologie : Etat des lieux et enjeux

de SCHNEIDER B., HADDOUK L.

[S.I.] : Erès, 2022, 350 p.

En ligne : www.google.be/...

Cet état des lieux sur la télépsychologie en France et au niveau international a pour objectif de nourrir les réflexions et les pratiques des professionnels et des chercheurs. En effet, les récentes et rapides évolutions de ces modes d'intervention, facilitées par l'usage des tic (technologies de l'information et de la communication), s'accompagnent souvent d'un manque de connaissances préalables et de formation sur la télépsychologie. Cette discipline, encore assez nouvelle, est amenée à se développer de façon structurée grâce aux résultats de la recherche et aux apports des professionnels de terrain, pour fournir des outils complémentaires et mieux cadrés pour les psychologues. Si la pandémie Covid-19 a généralisé l'utilisation de la télépsychologie pour permettre le maintien d'un lien ou d'une écoute dans un contexte alors particulièrement anxiogène, elle a révélé la nécessité d'en cerner les problématiques pratiques, techniques, méthodologiques, théoriques et déontologiques. Certains cadres existaient avant la crise dans le contexte scientifique plus large de la cyberpsychologie mais ils restent à enrichir voire à construire dans une démarche collective pour les inscrire dans le champ social, institutionnel, et réglementaire.



Mise en œuvre d'un modèle de télésanté audio à seuil bas pour le traitement assisté par médicaments des troubles liés à l'utilisation d'opioïdes au sein d'une organisation communautaire à but non lucratif à Washington, D.C.

de Yeo, E-J., Kralles, H.

[S.I.] : Harm Reduction Journal, 2021

En ligne : rdcu.be/...

La pandémie de COVID-19 a eu des effets particulièrement dévastateurs sur les personnes consommant des drogues. Aux États-Unis, les protocoles sanitaires ont assoupli la réglementation relative aux traitements de substitution aux opioïdes (TSO), permettant ainsi à notre association locale de passer, en 2020, d'un modèle de téléconsultation audio pour sa clinique de TSO à accès simplifié. Les enseignements tirés de cette expérience pourraient améliorer l'accès aux TSO pour les personnes souffrant de troubles liés à l'usage d'opioïdes. Cette étude de cas décrit notre transition d'une clinique de traitement assisté par médicaments (TAM) communautaire à seuil d'accès bas, offrant des consultations en présentiel, vers un modèle de télésanté par audio uniquement. Nous avons extrait des données

des dossiers médicaux électroniques afin de décrire les caractéristiques des patients et de calculer les taux de maintien dans le traitement.



JMIR Publications
Advancing Digital Health & Open Science

[Atelier sur la science de la mise en œuvre et les thérapies numériques pour la santé comportementale](#)

de Lord, E., Campbell, Aimee N.C.

Toronto (U.S.A) : JMIR MENTAL HEALTH, 2021

En ligne : [doi.org\[...\]](#)

Les thérapies numériques peuvent lever de nombreux obstacles à la mise en œuvre des traitements fondés sur des données probantes pour les troubles liés à l'usage de substances, les problèmes de santé mentale et autres troubles du comportement. Accessibles via des plateformes quasi omniprésentes telles que le web, les applications pour smartphones, les SMS et la visioconférence, les thérapies numériques s'affranchissent des contraintes de temps et de lieu des contextes cliniques traditionnels, permettant ainsi aux individus d'accéder aux soins au moment et à l'endroit où ils en ont besoin. Bien que les approches thérapeutiques numériques en santé mentale bénéficient d'un solide soutien empirique, la science de leur mise en œuvre, notamment en ce qui concerne leur déploiement à grande échelle, n'en est qu'à ses débuts. Ce centre est un centre d'excellence interdisciplinaire P30 financé par l'Institut national américain sur l'abus de drogues (NIDA), dont la mission est de promouvoir les technologies et les connaissances scientifiques de pointe pour le développement, l'évaluation et la mise en œuvre durable des approches thérapeutiques numériques pour les troubles liés à l'usage de substances et les affections connexes.



[Co-construction d'un programme de télémédecine communautaire pour les personnes souffrant de troubles liés à l'utilisation d'opioïdes pendant la pandémie de COVID-19 : leçons apprises et implications pour la prestation de services futurs](#)

de Bordier Hoj, S., de Montigny, C., Chougar, S.

[S.I.] : Harm Reduction Journal, 2023

En ligne : [preprints.jmir.org\[...\]](#)

La pandémie de COVID-19 a entraîné une expansion sans précédent de la télémédecine, notamment pour la prestation de traitements agonistes opioïdes (TAO) aux personnes souffrant de troubles liés à l'usage d'opioïdes (TUO). Cependant, nombre de ces personnes n'ont pas accès aux ressources technologiques nécessaires aux soins à distance, présentent des besoins

complexes et sont mal desservies, avec un accès précaire aux services traditionnels. Afin de répondre à leurs besoins, nous avons conçu un programme unique de prestation de TAO par télémedecine, avec le soutien d'intervenants communautaires à Montréal (Québec, Canada). Ce programme a été élaboré conjointement par le Service de médecine des toxicomanies du Centre hospitalier de l'Université de Montréal et CACTUS Montréal – un organisme communautaire de réduction des méfaits reconnu et digne de confiance pour sa clientèle. Toutes les procédures ont été élaborées conjointement afin de permettre une prise de rendez-vous flexible et rapide. Les intervenants de CACTUS Montréal ont fait la promotion du programme, facilité les consultations de télémedecine privées sur place avec le CHUM-SMT, accompagné les patients lors de leurs rendez-vous en ligne sur demande et assuré un soutien holistique et un suivi continu.



[Milieux virtuels et usage de drogues en Belgique francophone : une étude exploratoire : Synthèse des principaux résultats](#)
de EUROTOX

Décembre. [S.l.] : Observatoire socio-épidémiologique alcool-drogues Wallonie et Bruxelles (EUROTOX), 2021, 12p.

En ligne : eurotox.org[...]

Eurotox asbl, publiait en 2021 une analyse des résultats de son enquête sur les liens entre les « milieux virtuels » (internet) et l'usage de drogues en Belgique francophone. Internet est devenu un média privilégié d'accès à l'information, y compris en ce qui concerne les informations relatives à la santé. Dès les premiers balbutiements de ce réseau informatique, les usager-es de drogues se sont regroupés en communautés virtuelles, le plus souvent sur des forums spécialisés où l'échange d'information, ainsi que le partage de témoignages et d'expériences, ont favorisé la centralisation et l'accumulation de connaissances et de savoirs expérientiels, ainsi que l'émergence de nouvelles formes d'entraide. Malgré l'histoire relativement longue de ces forums, nous ne savons actuellement pas dans quelle mesure et comment ils sont utilisés par les usager-es de drogues qui vivent en Belgique francophone. Nous avons dès lors réalisé une enquête auprès d'un large échantillon d'usager-es de drogues licites et illicites afin de mieux comprendre les pratiques de recherche d'informations (en particulier sur les forums d'usager-es) et l'impact plus spécifique que semble avoir la consultation de ces forums sur les pratiques d'usage de drogues et les comportements associés.