

Façons dont les femmes consomment le cannabis

i
Les cercles verts indiquent le % de filles et de femmes qui utilisent cette méthode, d'après l'Enquête canadienne sur le cannabis de 2021.



70 %
fument (par exemple, un joint, une pipe à eau [bong], une pipe, un blunt)

Fumer

- » Fumer du cannabis peut être nocif pour le système respiratoire et avoir des effets négatifs sur la santé des poumons et du cœur.
- » Les femmes dépendantes du cannabis sont plus susceptibles que les hommes d'éprouver des symptômes de sevrage (p. ex., se sentir nauséuses, nerveuses, agitées, en sueur).
- » Fumer du cannabis pendant la grossesse peut augmenter le risque d'un faible poids à la naissance chez les nouveau-nés.



8 %
utilisent un vaporisateur non portatif

27 %
utilisent un vaporisateur stylo ou une cigarette électronique

Vaping

- » Le vapotage a été associé à des sensations d'euphorie plus fortes, à l'anxiété et à la nervosité, à l'agitation et à l'accélération du rythme cardiaque chez les femmes, comparativement aux hommes.
- » Les femmes ont signalé des taux beaucoup plus élevés de sécheresse de la bouche et d'irritation de la gorge avec le CBD vaporisé, comparativement aux hommes.



23 %
utilisent de l'huile de cannabis pour consommation orale (par exemple, avec un compte-gouttes/une seringue, des capsules molles/gélules, un vaporisateur)

Huiles et teintures

- » Les huiles à vapoter peuvent contenir des additifs nocifs, comparativement à la fleur de cannabis séchée.

- » Lorsque les huiles sont chauffées dans un appareil à vapoter, elles présentent un risque de brûlures, ainsi que de problèmes cardiaques et pulmonaires par rapport aux huiles ou teintures de cannabis contenues dans un compte-gouttes.
- » La consommation d'huile de cannabis dans la nourriture peut retarder l'euphorie par rapport à la prise sous la langue, où elle passe plus rapidement dans le sang.



58 %
consomment des aliments au cannabis (p. ex., des brownies, des gâteaux, des biscuits ou des bonbons)

Edibles

- » Comparativement au vapotage et à la fumée, les aliments au cannabis peuvent prendre plus de temps pour agir. Cela peut entraîner un état d'euphorie plus long et plus intense que prévu.
- » Les femmes sont plus susceptibles d'utiliser des aliments au cannabis pour gérer la douleur, comparativement aux hommes.
- » Les adolescentes qui n'ont pas encore consommé de cannabis ont déclaré qu'elles seraient plus intéressées par les aliments au cannabis que par le vapotage, comparativement aux adolescents.

- » L'utilisation d'huile sur la peau est une voie d'administration moins directe du cannabis dans le corps, et peut entraîner moins de risques pour la santé.
- » Les femmes atteintes d'endométriose ont déclaré que l'huile de chanvre/CBD était l'une des stratégies les plus efficaces pour gérer la douleur.



15 %
consomment des boissons infusées au cannabis (par exemple, eau gazeuse, thé, poudre dissolvable)



11 %
appliquent du cannabis sur la peau (p. ex. pommades, crèmes, produits topiques)

QUESTION DE RÉFLEXION

- » Comment consommez-vous le cannabis (fumer, vapoter, aliments au cannabis, etc.)? Quels sont les avantages et les inconvénients, pour vous?
- » Après avoir pris connaissance des différentes méthodes de consommation du cannabis présentées dans cette fiche, allez-vous modifier votre consommation?

Boissons

- » Comme pour les aliments au cannabis, il faut parfois plus de temps pour ressentir les effets euphoriques du cannabis dans les boissons, ce qui peut faciliter la consommation d'une quantité supérieure à celle recommandée ou souhaitée.
- » Les femmes peuvent ressentir des effets plus importants à des doses plus faibles en raison de facteurs tels que le métabolisme. Il est donc important de surveiller le rythme et la dose, donc de « commencer doucement et lentement », pour gérer la consommation.

Crèmes

- » Les crèmes pour la peau contiennent de plus faibles concentrations de cannabis et constituent une voie moins directe d'administration du cannabis dans l'organisme. Les risques généraux sont faibles par rapport aux autres formes de consommation. Mais il existe peu de recherches sur cette façon de consommer du cannabis.
- » Les personnes atteintes d'arthrite déclarent utiliser des crèmes, et les femmes ont utilisé des crèmes au cannabis pour gérer les douleurs liées à la santé reproductive, mais l'efficacité est mitigée.



@cewhca

www.sexgencercannabishub.ca

RÉFÉRENCES

- Allen, H.R., D. Boudreaux, et J.N. Keller, (2020), Comparison of Male and Female Patients in Louisiana Medical Marijuana Dispensaries. *Journal of Clinical Medicine*. 9(6): p. 15.
- Armour, M., et coll., (2022), Endometriosis and Cannabis Consumption During the COVID-19 Pandemic: An International Cross-Sectional Survey. *Cannabis and Cannabinoid Research*.
- Armour, M., Sinclair, J., Chalmers, K., et C. Smith, (2019), Self-management strategies amongst Australian women with Endometriosis: a national online survey. *Advances in integrative medicine*. 6(Suppl.1): p. S5-S6.
- Barrington-Trimis, J.L., Bae, D., Schiff, S., Davis, J., Under, J.B., et A.M. Leventhal, (2020), Characterizing the predictive validity of measures of susceptibility to future use of combustible, vaporized and edible cannabis products in adolescent never-users. *Addiction*. 115(12): p.2339-2348.
- Blake, E.A., et coll. (2019), Non-prescription cannabis use for symptom management amongst women with gynecologic malignancies. *Gynecologic Oncology Reports*. 30: p. 100497.
- Bromwich, K.A., et coll., (2020) Preconception Marijuana Use in Rhode Island: Rates, Demographics, and Psychosocial Correlates. *Rhode Island Medicine*. 103(4): p. 37-41.
- Bochicchio, L. A.; Drabble, L. A.; Riggle, E. D. B.; Munroe, C.; Wootton, A. R.; et T.L. Hughes (2021) Understanding Alcohol and Marijuana Use among Sexual Minority Women during the COVID-19 Pandemic: A Descriptive Phenomenological Study. *Journal of Homosexuality*. 68(4): p. 631-646.
- Centre canadien sur les dépendances et l'usage des substances, (2022), Cannabis : connaître ses limites. Extrait de : <https://ccsa.ca/fr/cannabis-connaître-ses-limites-guide-pratique-devaluation-de-sa-consommation-de-cannabis>
- Centre of Excellence for Women's Health, (2020), Integrating Sex and Gender Informed Evidence into Your Practices: Ten Key Questions on Sex, Gender & Substance Use. Extrait de : <https://cewh.ca/wp-content/uploads/2022/01/CEWH-02-IGHHandbook-Web.pdf>
- Chang, J.C., et coll., (2019), Beliefs and attitudes regarding prenatal marijuana use: Perspectives of pregnant women who report use. *Drug & Alcohol Dependence*. 196: p. 14-20.
- Coleman-Cowger, V.H., et coll., (2018) Cigar and Marijuana Blunt Use Among Pregnant and Nonpregnant Women of Reproductive Age in the United States, 2006-2016. *American Journal of Public Health*. 108(8): p. 1073-1075.
- Fuster, D.; Studer, J.; Gmel, G.; et N. Bertholet (2020) Correlates of the use of electronic devices to vape cannabis in a cohort of young Swiss male reporting current cannabis use. *European Journal of Public Health*. 31(2): p. 437-441.
- Kasper, A.M., et coll., (2020) High Prevalence of Cannabidiol Use Within Male Professional Rugby Union and League Players: A Quest for Pain Relief and Enhanced Recovery. *International Journal of Sport Nutrition & Exercise Metabolism*. 30(5): p. 1-8.
- Kritikos, Alexandra F.; Johnson, Julie K.; et Dominic Hodgkin, (2021), Past 30-day marijuana vaping: Prevalence and predictors of use in a nationally representative study of US youth. *American journal of preventive medicine*. 60(2): p. 258-266.
- Lanza, H. I., et coll. (2021) Tobacco and cannabis poly-substance and poly-product use trajectories across adolescence and young adulthood. *Preventive medicine*. 148.
- Montgomery, L., et coll., (2019), Blunts versus joints: Cannabis use characteristics and consequences among treatment-seeking adults. *Drug and Alcohol Dependence*. 198: p. 105-111.
- Moss, M. J., et coll. (2021) Cannabis use and measurement of cannabinoids in plasma and breast milk of breastfeeding mothers. *Pediatric research*. 90(4): p. 861-868.
- Mousa, A., M. Petrovic, et N.E. Fleshner, (2020), Prevalence and predictors of cannabis use among men receiving androgen-deprivation therapy for advanced prostate cancer. *Canadian Medical Association Journal*. 14(1): p. E20-E26.
- Pike, C. K.; Sofis, M. J.; et A. J. Budney (2021) Correlates of continued cannabis use during pregnancy. *Drug and Alcohol Dependence*. 227.
- Sholler, D. J.; Strickland, J. C.; Spindle, T. R.; Weerts, E. M.; et R. Vandrey. (2020) Sex differences in the acute effects of oral and vaporized cannabis among healthy adults. *Addiction biology*. 26(4).
- Spindle, T.R., et coll., (2020) Pharmacodynamic effects of vaporized and oral cannabidiol (CBD) and vaporized CBD-dominant cannabis in infrequent cannabis users. *Drug and Alcohol Dependence*. 211.
- Young-Wolff, K.C., et coll., (2020) Routes of cannabis administration among females in the year before and during pregnancy: Results from a pilot project. *Addictive Behaviors*. 100: p. 106125.