

Opération Mois sans tabac : focus sur l'Occitanie

Jennifer Davies, chargée d'expertise en politiques publiques, Santé publique France, **Marion Mourgues**, chargée de projet en santé publique, Épidaur, Institut du cancer de Montpellier, **Viêt Nguyen-Thanh**, responsable de l'unité addictions, **Anne Pasquereau**, chargée d'études et de recherche, **Olivier Smadja**, chef de projet, Santé publique France.

Mois sans tabac est une opération de prévention du tabagisme lancée conjointement par le ministère des Affaires sociales et de la Santé, l'Assurance maladie et Santé publique France en 2016, sur la base d'une expérience anglaise, *Stoptober*, qui existe depuis 2012. Son objectif

est de proposer à tous les fumeurs d'arrêter de fumer, ensemble, pendant un mois, en novembre, car après 28 jours d'arrêt, les chances de rester non-fumeur sont multipliées par cinq [1].

Menée sur l'ensemble du territoire français, cette action Mois sans tabac combine une importante communication nationale, une plateforme téléphonique (3989) et Internet d'aide au public, Tabac Info service, et un partenariat entre Santé publique France et un réseau d'organismes associatifs, publics et privés, permettant de démultiplier l'impact de la campagne :

- en assurant le contact avec les fumeurs sur leurs lieux de vie ;
- en leur distribuant des brochures ;
- en organisant sur leur lieu de travail des stands d'informations sur le tabagisme ;
- en leur proposant, en lien avec la médecine du travail, des consultations d'aide à l'arrêt...

En complément de cet important dispositif de marketing social, Santé publique France soutient dans la

majorité des régions françaises, en lien avec les agences régionales de santé (ARS), des « structures ambassadrices » apportant une expertise reconnue à l'échelon régional. Ces dernières relaient et soutiennent l'opération sur le terrain, font remonter à Santé publique France les informations permettant d'ajuster le dispositif.

Focus sur l'Occitanie

En Occitanie, l'agence régionale de santé (ARS) est maîtresse-d'œuvre de l'opération de déploiement régional ; un comité de pilotage fédère, sous la présidence de l'ARS, les parties prenantes de l'opération – Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca), Assurance maladie, associations de lutte contre le tabagisme, etc. La structure ambassadrice occitane Épidaur fait partie du département de prévention de l'institut du cancer de Montpellier (ICM) et est chargée de déployer l'opération sur les 13 départements couverts par la région. Épidaur collabore avec l'instance régionale d'éducation pour la santé (Ireps) Occitanie, l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (Anpaa) Occitanie et l'association Souffle L-R pour un maillage du territoire plus efficace. Le rôle de l'ambassadeur est :

- d'assurer la mise en œuvre de Mois sans tabac en fédérant l'ensemble des structures publiques, privées et associatives actrices de la lutte contre le tabagisme, qu'elles soient dans le domaine de la santé ou non ;
- de les outiller et de leur apporter un appui méthodologique pour le déploiement de Mois sans tabac ;
- de former les professionnels à Mois sans tabac et plus largement à la prévention du tabagisme ;

- de s'assurer de la bonne conduite de l'opération ;
- d'évaluer les actions menées.

Les pilotes locaux veillent en particulier à ce que l'opération n'accroisse pas les inégalités sociales et territoriales de santé. L'Occitanie présente d'importantes variations de densité de population avec, sur 13 départements, deux métropoles très denses – Montpellier et Toulouse – et un littoral très peuplé, qui contrastent avec des zones faisant partie de la « diagonale du vide » – moins de 40 habitants/km². Elle est également l'une des régions qui compte le plus de bénéficiaires des aides sociales en France¹ (allocation chômage, revenu de solidarité active, revenu de solidarité spécifique, allocation adulte handicapé et allocation de solidarité aux personnes âgées). Concernant la consommation tabagique, la prévalence quotidienne en Occitanie est également l'une des plus élevées parmi les régions françaises, puisqu'on compte 30,3 % de fumeurs quotidiens en 2017².

L'un des enjeux majeurs de l'action du dispositif local Mois sans tabac, porté par l'agence régionale de santé et la structure ambassadrice régionale, est de prendre en compte ces différences sociodémographiques et territoriales, d'apporter des réponses adaptées à chacune des populations fumeuses pour réduire les inégalités sociales de santé. Les professionnels interviennent donc au plus près des lieux de vie ou de soins des fumeurs (travail avec les services de protection maternelle et infantile des conseils départementaux, des associations d'insertion, des établissements d'accueil de personnes handicapées, etc.). Ils proposent des outils personnalisés en fonction des particularités de chacun des publics, des outils à la pertinence scientifiquement reconnue pour engager ou soutenir des

L'ESSENTIEL

► **Chaque année, les territoires relaient l'opération nationale Mois sans tabac, organisée en novembre pour soutenir les fumeurs dans leur démarche d'arrêt. Focus sur le dispositif à l'œuvre en Occitanie.**

tentatives d'arrêt. La pierre d'angle de cette démarche est la vulgarisation du modèle transthéorique de changement de Prochaska et Di Clemente pour aider au changement de comportement, pour soutenir la motivation du fumeur à arrêter (parmi les outils personnalisés : l'aider à afficher ses humeurs du jour, calculer les économies qu'il réalise grâce à l'arrêt). La méthodologie d'intervention des professionnels est spécifique : conférence collective, groupes d'entraide, intégration d'un accompagnement par l'activité physique ou la relaxation, etc. Ils diffusent les outils d'accompagnement de Santé publique France (kits, brochures, ligne d'écoute 3989).

Arap-Rubis : un soutien personnalisé aux personnes en difficulté

Pour déployer une stratégie de plaidoyer à l'échelle d'une région aussi vaste, l'ensemble des partenaires potentiels à l'échelon local sont informés des possibilités d'accompagnement dont ils disposent pour valoriser le dispositif, favoriser l'inscription des fumeurs à l'opération et le soutien des participants pendant l'arrêt.

Pour que l'opération soit connue de tous, il est important d'impulser au niveau local des actions à forte visibilité. Ainsi, un tramway aux couleurs de l'opération a été mis en circulation dans la métropole durant le mois de novembre 2017, à l'initiative de l'Assurance maladie de l'Hérault, de Montpellier Méditerranée Métropole, de la société Transports de l'agglomération de Montpellier (TAM), du centre hospitalier universitaire de Montpellier, de l'association Souffle-LR et de l'ARS. Ce dispositif rappelle aux fumeurs la temporalité de l'opération. De nombreuses autres actions, moins visibles, permettent aux fumeurs

d'initier un arrêt durant l'opération. À titre d'exemple, depuis la première édition en 2016, l'Association réflexion actions prévention (Arap)-Rubis (communautaire « Rubis »), implantée à Nîmes (Gard), renforce ses missions de prévention santé en les élargissant à la thématique du tabagisme pendant Mois sans tabac. Cette association poursuit notamment des missions sociales, d'insertion, d'intégration et de santé communautaire en milieu prostitutionnel. Durant le mois sans tabac, l'association accompagne les travailleurs du sexe qui le souhaitent à l'arrêt du tabac, sa diminution ou la réduction du risque tabagique. Elle tient des permanences une demi-journée par semaine, pour recevoir individuellement les fumeurs et leur dispenser des conseils personnalisés. L'accueil est étendu aux tournées du camping-car médico-social, à l'ensemble des locaux de l'association. Un médecin, un animateur et un volontaire en service civique sont disponibles pendant Mois sans tabac pour répondre aux questions et dispenser des conseils. Des dépliants, des affiches et des kits d'aide à l'arrêt du tabac³ sont à disposition dans les locaux.

Par ailleurs, dans le cadre des permanences sociales et de l'accès aux droits, les personnes peuvent bénéficier de l'appui de l'assistante sociale, de l'éducatrice ou des membres d'Arap-Rubis pour obtenir un entretien ou des aides concernant les substituts nicotiniques (patchs, gommes, pastilles...). L'accompagnement de ce public doit être soutenu en raison de sa vulnérabilité et de sa précarité. En outre, c'est également une reconnaissance supplémentaire que de prendre en charge leur tabagisme, au-delà des risques habituellement prévenus (toxicomanie, risques sexuels ou psychologiques). Les professionnels de l'association Arap-Rubis ont été formés à l'opération Mois sans tabac.

Mois sans tabac : une opération au succès avéré

Selon les données du Baromètre de Santé publique France, 380 000 fumeurs quotidiens ont fait une tentative d'arrêt en lien avec la première édition de Mois sans tabac de novembre 2016 [2]. Environ 20 % d'entre eux étaient toujours abstinent six mois plus tard, soit près

de 80 000 ex-fumeurs. Les fumeurs qui ont fait une tentative d'arrêt en lien avec Mois sans tabac sont nettement plus nombreux à avoir utilisé une aide pour arrêter de fumer, résultat très encourageant étant donné que la promotion des aides disponibles était un des leviers de l'opération et que le recours à une aide extérieure augmente les chances de succès. Mois sans tabac a ainsi contribué, avec l'ensemble des mesures du Programme national de réduction du tabagisme, à la baisse historique du tabagisme en France : 1,6 million de fumeurs quotidiens en moins entre 2016 et 2018. ■

1. Source : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/3559477?sommaire=3559528>

2. Source : http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2018/14-15/pdf/2018_14-15.pdf

3. Les kits d'aide à l'arrêt du tabac sont des enveloppes aux couleurs de Mois sans tabac, qui contiennent des documents permettant d'informer le fumeur sur les bénéfices de l'arrêt et lui donner des clés pour y parvenir : une roue des économies, pour mesurer les économies réalisées ; un agenda pour accompagner le fumeur pas à pas pendant 30 jours ; des conseils nutritionnels pour éviter de prendre du poids ; un livret pour aider le fumeur à se préparer à l'arrêt ; des conseils de relaxation.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] West R., Stapleton J. Clinical and public health significance of treatments to aid smoking cessation. *European Respiratory Review*, 2008, vol. 17, n° 110 : p. 199-204. En ligne : <https://err.ersjournals.com/content/errev/17/110/199.full.pdf>

[2] Guignard R., Richard J.-B., Pasquereau A., Andler R., Arwidson P., Smadja O. et al. Tentatives d'arrêt du tabac au dernier trimestre 2016 et lien avec Mois sans tabac : premiers résultats observés dans le Baromètre santé 2017. *Bulletin épidémiologique hebdomadaire*, 2018 : n°s 14-15 : p. 298-303. En ligne : http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2018/14-15/pdf/2018_14-15_6.pdf

Prévention du tabagisme Opération Mois sans tabac en Occitanie