

information
formation
recherche
coopération internationale

Interventions et outils pour les jeunes fumeurs

Michèle Tremblay, md
Novembre 2005

Institut national
de santé publique
Québec

La cessation tabagique : un guide pour prendre des décisions éclairées

- Ce qu'il faut savoir sur l'abandon du tabac
- Comment démarrer une intervention
- Choisir une intervention
- Comment offrir les meilleurs services aux jeunes
- Évaluer

information

Institut national
de santé publique
Québec

Cette présentation a été effectuée le 14 novembre 2005, au cours de la journée « Abandon du tabac : les femmes enceintes et les jeunes d'abord! » dans le cadre des Journées annuelles de santé publique (JASP) 2005. L'ensemble des présentations est disponible sur le site Web des JASP, à l'adresse <http://www.inspq.qc.ca/jasp/archives/>.

Intervention cognitivo-comportementale

- Composantes de base :
 - Comprendre le tabagisme, les croyances et raisons sous-jacentes et les conséquences
 - Offrir la motivation pour cesser
 - Se préparer à cesser
 - Offrir des stratégies pour maintenir l'abstinence



information

3

Institut national
de santé publique
Québec



Types d'intervention

- Interventions brèves (moins de 5 minutes)
- Counselling en face à face
- Counselling ou soutien par téléphone
- Pharmacothérapie
- Outils autodidactes non interactifs
- Soutien interactif par ordinateur
- Soutien de groupe
- Autres

4

Institut national
de santé publique
Québec



Sources d'information

- Répertoire québécois des ressources visant la réduction du tabagisme (2004) : www.cqts.qc.ca/repertoire.htm
- Agences régionales de développement de réseaux locaux et de services de santé et de services sociaux (2005)
- Formation reçue en mai 2004 par le groupe de travail national sur les meilleures pratiques de l'initiative canadienne de recherche sur le contrôle du tabac (CTCRI)



information

Institut national
de santé publique
Québec



5

Intervention brève : qui?

- Professionnels de la santé dans le cadre de leurs consultations régulières
- Intervenants en milieu scolaire (infirmières, intervenants en toxicomanie, travailleurs sociaux, psychologues, etc.)
- Intervenants en milieu communautaire (maisons de jeunes, organismes communautaires, etc.)



information

Institut national
de santé publique
Québec



6

Intervention brève : quoi?

- Évaluation de l'usage du tabac, de la dépendance et de la motivation à cesser de fumer
- Conseils sur les avantages et les moyens de cesser de fumer
- Référence vers d'autres ressources



information

7

Institut national
de santé publique
Québec



Intervention brève : comment?

- Formations au niveau régional dans plusieurs régions
- Formations en 2005-2006 au niveau national par différents ordres professionnels :
 - Ordre des dentistes
 - Ordre des hygiénistes dentaires
 - Ordre des inhalothérapeutes



information

8

Institut national
de santé publique
Québec



Intervention brève : comment?

- Guide de formation pour les médecins rencontrant des adolescentes fumeuses qui prennent des contraceptifs oraux (Tremblay, 2003)



9

Counselling en face à face : qui?

- Intervenants dans les centres d'abandon du tabagisme (plus de 150 centres)
- Professionnels de la santé dans les cliniques d'adolescence
- Intervenants en milieu scolaire et en milieu communautaire

10

Counselling en face à face : comment?

- Dans le cadre du Plan québécois d'abandon du tabagisme (PQAT), formation de tous les professionnels offrant des services de consultation en abandon du tabac dans les Centres d'abandon du tabagisme (CAT)

11



Institut national
de santé publique
Québec



Counselling ou soutien au téléphone

Ligne 1 866 jarrête (1 866 527-7383) :

- Du lundi au jeudi de 8h00 à 21h00
- Le vendredi de 8h00 à 20h00
- Approche proactive disponible

12



Institut national
de santé publique
Québec



Pharmacothérapie

- Contre-indiquée dans les monographies des produits chez les moins de 18 ans
- Remboursée par le régime général d'assurance médicaments du Québec, 12 semaines consécutives, une fois par année, sur prescription médicale :
 - Thérapie de remplacement de la nicotine (timbre, gomme)
 - Bupropion (Zyban)



information

13

Institut national
de santé publique
Québec

Pharmacothérapie

Mordu de cigarettes ?



Mordez dans



information

14

Institut national
de santé publique
Québec

Outils autodidactes non interactifs

- Dépliants et brochures :
 - Vie 100 fumer (Santé Canada)
 - J'arrête, j'y gagne! (Acti-menu)
 - Pour toi, un guide pour cesser de fumer (APQ)



15

Outils autodidactes non interactifs

- Vidéocassettes :
 - C'est cool fumer? Mon œil! (CQTS)
 - M'aimes-tu? (CQTS)
 - Journal d'une jeune fumeuse (Santé Canada)

16

Soutien interactif par ordinateur

- Plusieurs sites internet disponibles au Québec :
 - www.lagangallumée.com
 - www.vie100fumer.com
 - www.jarrete.qc.ca (version ado)
 - www.cyberisle.org (anglais)
 - www.leavethepackbehind.org (anglais)



information

17

Institut national
de santé publique
Québec



Soutien de groupe

- Vie 100 Fumer : pour les 12 -18 ans
 - 9 rencontres, guide d'animateur, cahier pour le participant et site internet interactif
- Ça vient de s'éteindre :
 - Expérience menée dans quelques régions
 - Approche de petit groupe (ou individuelle)
 - Cahier du participant constitué de nombreux outils

18

Institut national
de santé publique
Québec



Soutien de groupe

- Expériences régionales auprès des 12-14 ans :
 - Beauté santé, Outaouais
 - Club de filles Abitibi-Témiscamingue

19



Institut national
de santé publique
Québec



Soutien de groupe

- No More But'ts! (NÉ) : pour les 15-19 ans
 - 15 rencontres de 40 minutes, animées par des pairs, en milieu scolaire, guide d'animateur, cahier pour le participant, guide d'implantation
- Kick The Nic (CB) : pour les 13-19 ans
 - 10 rencontres, guide d'animateur, cahier pour le participant

20



Institut national
de santé publique
Québec



Soutien de groupe

- N-O-T (Not On Tobacco) (ÉU) :
 - 10 rencontres + 4 rencontres de suivi, en milieu scolaire, focus sur la santé en général, l'abandon du tabac et le développement d'habiletés en rapport avec la vie quotidienne; contenu différencié en fonction des sexes
- Leave the pack behind (On) :
 - Jeunes adultes au collège et à l'université, multi interventions, éducation par les pairs, campagne médiatique, site internet, etc.

21

Autres

- La gang allumée pour une vie sans fumée:
 - Conception par des fumeurs et non-fumeurs de 12 à 18 ans d'activités de prévention et de réduction du tabagisme en milieu scolaire et dans les maisons de jeunes

22

Campagnes médiatiques

- Défi *J'arrête, j'y gagne*
- *De Facto*
- Beauté meurtrière (Laurentides)



23



information

formation

recherche

coopération internationale

Poursuivre activement le développement et la recherche...

Institut national de santé publique
Québec

The slide features a dark red background with a white sidebar on the left containing four circular icons and their corresponding labels: 'information', 'formation', 'recherche', and 'coopération internationale'. On the right, there is a photograph of two young women; one is offering a lit cigarette to the other. Below the photo, the text 'Poursuivre activement le développement et la recherche...' is displayed in white. At the bottom right, the logo for the 'Institut national de santé publique Québec' is shown, including the provincial flag.