

**Patients en situation de précarité suivis en Consultation d'aide  
au Sevrage Tabagique :  
Les bénéfices constatés du programme d'Activité Physique  
Adapté *Tabac'Action* (ARS Hauts de France)**



✓ Soissons (Aisne)




- ✓ **1 Equipe pluridisciplinaire de 6 personnes** : 2 médecins (1 Cardiologue et 1 Médecin Généraliste), 1 IDE, 1 sophrologue, 1 diététicienne, 1 secrétaire
- ✓ **2 programmes d'Education Thérapeutique du Patient**
- Programme « Maladies cardiovasculaires »  
    => **Consultations d'Aide au Sevrage Tabagique**
  - Programme « Diabète »



# Programme d'Activité Physique Adaptée TabacAction®

- ✓ Mise en place du programme en 2019
- ✓ Financé par l'**ARS Hauts-de-France**
- ✓ En partenariat avec la **Fédération Française Sports pour Tous**



TabacAction®

- Vous souhaitez reprendre une activité physique adaptée à votre âge ?
- Vous êtes soucieux de votre santé et de votre équilibre ?
- Vous voulez une équipe pluridisciplinaire qui vous accompagne dans votre sevrage tabagique ?

**Ce programme est fait pour vous !**



- ✓ Les objectifs spécifiques: Proposer de l'activité physique pour faciliter le sevrage tabagique des patients suivis en CAST
- ✓ Programme:
  - **1 séance par semaine pendant 12 semaines**
  - Durée: **1h30** (1 heure de pratique + 30 min de discussion)
  - **Multi-activités** (marche, sports de balle, gymnastique, danse, etc.)
  - Educateur sportif formé au Sport-Santé
  - Bilan initial (tests de condition physique, mesures biomédicales) et final
- ✓ Critères d'inclusion:
  - Fumeur souhaitant débuter un sevrage tabagique (primo sevrage ou nouvelle tentative) avec ou sans traitement de substitution nicotinique
  - Activité physique absente ( pas d'inscriptions dans un club sportif)
  - Age 18 ans et plus
  - Présence d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de l'activité physique dans le cadre du programme Tabac Action

### Constat à l'issue de cette 1<sup>ère</sup> année:

- ✓ Nombre de participants: 1<sup>ère</sup> session de 10 et 2<sup>ème</sup> session 12 personnes (moyenne 52 ans)
- ✓ Patients en situation de précarité +++  
(score Epices)  
Horaires en semaine, zone géographique
- ✓ Constat (questionnaires de satisfaction, bilan final) :
  - Appréhension du départ vite passée, ambiance agréable, bonne humeur
  - Assiduité des participants
  - Parole libre
  - Levier principal initial pour l'arrêt du tabac:  
« **financier** » ou « **à la demande du cardiologue** ». Recherche d'autres leviers lors des séances d'APA (bien-être; envie d'être ensemble autrement; santé; etc.)
  - Satisfaction globale (demande de participer à une autre session)
  - Lutte contre l'isolement: dynamique de groupe



### ➤ Sevrage tabagique :

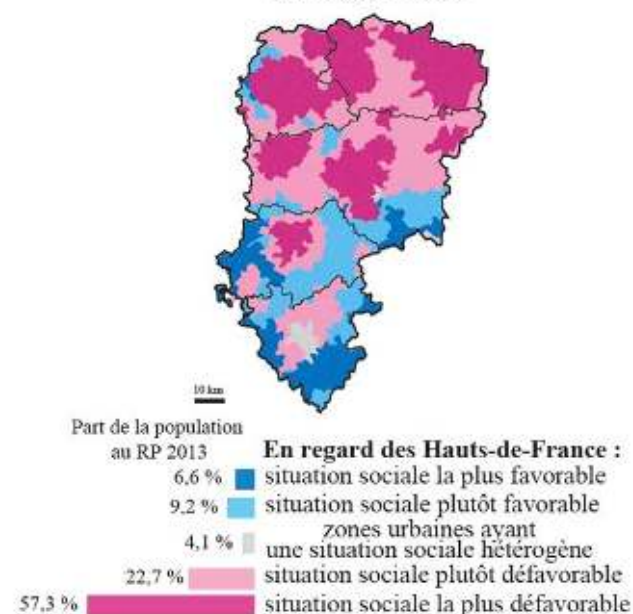
- Arrêt avec TSN 9 personnes
- Réduction avec TSN: 12 personnes
- 3 perdus de vue (reprise travail , problèmes familiaux)

# Perspectives

- ✓ Poursuite du programme
- ✓ Accessibilité aux personnes vulnérables: répond aux **Priorités de santé du territoire de démocratie sanitaire de l'Aisne**
  - « Créer et promouvoir un environnement et des comportements favorables à la santé »
  - « Améliorer et garantir un accès de qualité à la santé et aux droits pour les personnes vulnérables en tout point sur le territoire »
- ✓ Amélioration des capsules de discussion
  - Pluridisciplinarité
  - Renforcer l'orientation vers les créneaux sport-santé de la Ville de Soissons
  - Améliorer nos questionnaire de satisfaction



Typologie sociale



Merci!

