

EFFICACITÉ DE MOIS SANS TABAC SUR LES TENTATIVES D'ARRÊT DU TABAC (2016-2019)

Romain Guignard, Arnaud Gautier, Raphaël Andler, Noémie Soullier,
Justine Avenel, Viêt Nguyen Thanh

15^{ème} congrès de la Société francophone de tabacologie
26 novembre 2021, Reims

Les auteurs n'ont pas de lien d'intérêt.

LE DISPOSITIF MOIS SANS TABAC

DESCRIPTION DE LA CAMPAGNE *MOIS SANS TABAC*



- Les campagnes d'incitation à l'arrêt du tabac peuvent être efficaces dans le cadre d'une politique globale de lutte contre le tabagisme (Wakefield et al., 2010 ; Bala et al., 2017)
- Intervention inspirée de la campagne de marketing social britannique *Stoptober*, qui avait permis de générer 350 000 tentatives d'arrêt supplémentaires lors de sa première édition en octobre 2012 (Brown et al., 2014).
- **Objectif** : encourager les fumeurs à arrêter de fumer pendant 30 jours en novembre (West & Stapleton, 2008)
- **Cible** : fumeurs âgés de 18-64 ans
- **Dispositif** : campagne de communication nationale + mise à disposition de services d'aide à l'arrêt gratuits (ligne 3989, site et appli Tabac info service –TIS - , kit d'aide à l'arrêt) + actions de proximité, en lien avec les ARS et des ambassadeurs régionaux de l'opération.

1

OCTOBRE

Objectifs de recrutement des participants et de préparation du sevrage

Inciter à l'inscription à travers les témoignages et le kit

Accompagner concrètement la préparation de l'arrêt

Initier la formation de l'habitude

2

NOVEMBRE

Objectif d'accompagnement des participants pendant 30 jours

Mise en avant des outils d'aide à l'arrêt

Soutenir les participants à l'aide de conseils concrets.

Former l'habitude

3

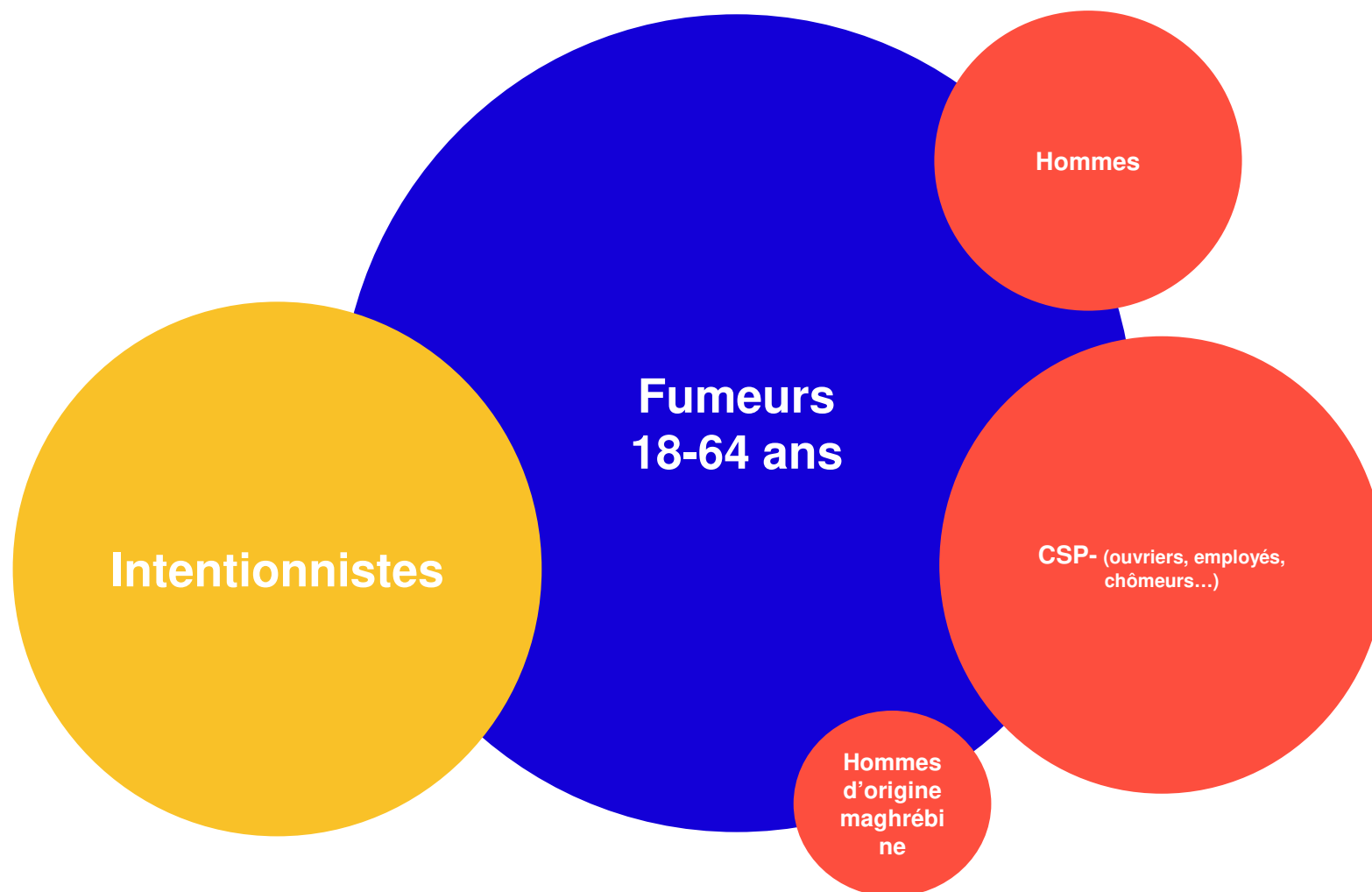
DECEMBRE

Objectif de poursuivre le sevrage

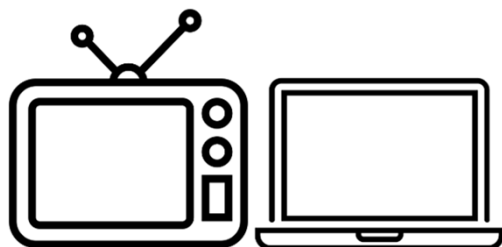
Valoriser les participants et le chemin parcouru

Informar sur la pérennité des outils d'aide à l'arrêt

Maintenir l'habitude



LES MÉDIA MOBILISÉS EN 2021



TV / VOL

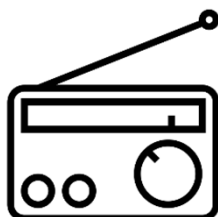
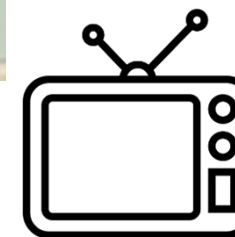
3 spots en TV et VOL

Diffusion des spots 2020



Partenariat média en TV

Présence sur les chaînes des groupes TF1, M6 et France TV



Radio

Plusieurs spots pour valoriser le rôle des professionnels de santé

Diffusion des spots 2020 + 1 spot BPCO + changement de ciblage

Digital

Bannières digitales et posts sur Facebook, Instagram et Twitter



Diffusion des bannières 2020 + mise à la charte SIG



Affichage en pharmacie et lieux de santé

18 000 pharmacies équipées en vitrophanie et en kits à distribuer

Affichage iso 2020

Affichage en centres commerciaux et commerces de proximité

Vidéo d'incitation à l'inscription



LES OUTILS D'AIDE

39 89

UN ACCOMPAGNEMENT TÉLÉPHONIQUE
Au 39 89, les tabacologues vous accompagnent gratuitement tout au long de votre arrêt grâce à plusieurs rendez-vous. Ils répondent à vos questions et mettent en place avec vous un programme personnalisé du lundi au samedi, de 9h à 20h.

UN COMPTE INSTAGRAM
Boostez votre motivation grâce à nos posts et vos stories et découvrez en direct les différents outils sur notre compte @tabacinfo-service.

UNE PAGE FACEBOOK : TABAC INFO SERVICE #MOISSANSTABAC
Dédiée à tous les anciens fumeurs ou les personnes désirant arrêter la cigarette, vous pouvez y partager des astuces, vos succès et inquiétudes et bénéficier d'expériences d'anciens fumeurs grâce à de nombreux témoignages.

LE PROGRAMME 40 JOURS
40 pages avec conseils pour un conseil, un défi ou une info pratique pour vous aider à tenir bon au quotidien. 10 jours pour bien se préparer et 30 jours pour persévérer.

LA ROUE DES ÉCONOMIES
Ce n'est pas une roue de la fortune ! C'est une roue qui vous aide à réduire le montant économisé lorsque vous arrêtez de fumer. Avec elle, vous êtes sûr de gagner à tous les coups !

L'APPLI
Un soutien personnalisé à portée de main. Suivez quotidiennement vos progrès grâce à votre tablette ou votre téléphone. Et si vous avez peur de craquer, retrouvez des conseils pour vous aider.

LE SITE
Trouvez les réponses à vos questions sur le tabac et ses effets, renforcez votre motivation et découvrez les différentes stratégies d'arrêt sur tabac.info-service.fr

Le conseil d'un professionnel de santé augmente de 70 % vos chances de réussir à arrêter de fumer.

Profitez de **Mois sans tabac** pour mettre toutes les chances de votre côté. Plusieurs possibilités :

- Pendant Mois sans tabac, bénéficiez d'entretiens d'aide à l'arrêt du tabac offerts dans différentes structures, partout en France.
- Consulter votre médecin traitant
- Prendre rendez-vous avec un tabacologue

Appeler le 39 89 (service gratuit)

Sur le site **Mois sans tabac** Vous trouvez un annuaire pour trouver un professionnel de santé près de chez vous et les informations sur les modalités de prise en charge.

Rendez-vous sur : mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr

Toute l'année, de nombreux professionnels de santé peuvent vous accompagner vers l'arrêt du tabac. Parlez-en à votre médecin traitant, pharmacien, dentiste, masseur-kinésithérapeute, infirmier ou sage-femme.

39 89 MOIS SANS TABAC

Download app | Appeler 3989 | Se connecter

Jour 10 d'une vie sans tabac.

Vous aussi, rejoignez une équipe de 1,6 million de vainqueurs.

C'est parti! Je me connecte

Pourquoi s'inscrire à #MoisSansTabac ?

En novembre, on arrête de fumer tous ensemble.

- Je consulte gratuitement un tabacologue pour définir avec lui un plan d'action
- Je bénéficie du programme de 40 jours pour booster votre motivation
- J'accède à des contenus exclusifs pour combattre le stress et me divertir
- Je dispose d'outils pour m'accompagner et m'aider dans ma démarche

S'inscrire maintenant

Chère future @fumeuse, cher futur @fumeur, est-ce votre intention d'arrêter de fumer en novembre ?

1. Pour arrêter de fumer, il faut arrêter de fumer. C'est simple, mais ça demande un peu de préparation.
2. On ne s'arrête pas de fumer tout d'un coup. On arrête de fumer progressivement.
3. On ne s'arrête pas de fumer tout d'un coup. On arrête de fumer progressivement.

J-7 Testez votre dépendance physique au tabac.
Aidez-vous à évaluer votre dépendance physique au tabac en testant le questionnaire J-7. Plus votre score est élevé, plus votre dépendance physique au tabac est importante.

J-6 Trouvez le soutien qui vous convient.
Il vous faut du soutien, mais lequel ? Choisissez celui qui vous convient le mieux.

Comment se préparer en fonction de sa dépendance ?

Je fais le test

Score	Interprétation
0-10	Vous n'êtes pas dépendant physiquement au tabac.
11-20	Vous êtes légèrement dépendant physiquement au tabac.
21-30	Vous êtes moyennement dépendant physiquement au tabac.
31-40	Vous êtes fortement dépendant physiquement au tabac.

Le soutien se trouve partout.

Chaque année, des milliers de personnes arrêtent de fumer. Elles ont toutes trouvé le soutien qui leur convient le mieux.

Chaque année, des milliers de personnes arrêtent de fumer. Elles ont toutes trouvé le soutien qui leur convient le mieux.

Je calcule mes économies !

ÉVALUATION : CALENDRIER, INDICATEURS ET OUTILS



Indicateur	Outil	2016	2017	2018	2019	2020	2021	...
Nb de TA liées à Mois sans tabac	Baromètre santé	x	x	x	x	x		
Analyse exposés / non-exposés	Baromètre santé	x						
Mémorisation, reconnaissance, perception, incitation...	Post-test quantitatif	x	x	x	x	x	x	
Perceptions, satisfaction des outils, freins et leviers (fumeurs)	Post-test / pré-test qualitatif	x	x	x		x		
Perceptions, impact perçu (pros de santé)	Post-test / pré-test qualitatif	MG		MG + pharma.	dent.	MG + pharma.		
Nb d'inscriptions, recours à TIS, commandes, partenaires	Données d'activité (niveau national et régional)	x	x	x	x	x	x	
Description des actions locales	Base OSCARS	x		x	x	x	x	

LES EFFETS DE MOIS SANS TABAC

Sources de données

- Baromètres de Santé publique France (2017 à 2020), enquêtes aléatoires représentatives en population générale
- Base de sondage : génération aléatoire de numéros de téléphone (fixes et mobiles)
- Champ : France métropolitaine, 18-75 ans (2017 et 2018) ou 18-85 ans (2019 et 2020)
- Sondage à deux degrés sur ligne fixe : ménage puis individu
- Mode de recueil : Téléphone
- Période de recueil : janvier à juillet (2017 à 2019) ; janvier à mi-mars (2020, pré-confinement)
- Taux de participation : 40,0% (2020 pré-confinement) à 55,6% (2018)

Totaux de population estimés à partir des bilans démographiques de l'Insee 2017 à 2020

Population d'étude

Fumeurs quotidiens au lancement d'une édition de Mois sans tabac = fumeurs quotidiens au moment de l'enquête + ex-fumeurs ayant arrêté après le 1^{er} octobre précédent :

- n = 6 341 en 2017
- n = 2 170 en 2018
- n = 2 120 en 2019
- n = 1 846 en 2020
- Au total, n = 12 477 individus inclus dans l'étude

Variables d'intérêt

Réalisation d'une tentative d'arrêt (TA) d'au moins 24 heures / arrêt du tabac au cours du dernier trimestre et déclaration d'un lien avec Mois sans tabac

Pondération par l'inverse de la probabilité d'inclusion (nb de lignes téléphoniques / nb de personnes éligibles dans le ménage), puis redressement sur la structure de la population générale par sexe * âge, région, taille d'agglomération, taille du foyer et niveau de diplôme (Enquête Emploi, Insee)

CARACTÉRISTIQUES DES FUMEURS INCLUS DANS L'ÉTUDE



	2016 (n=6 341)		2017 (n=2 170)		2018 (n=2 120)		2019 (n=1 846)	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Sexe								
Hommes	3 267	54,1	1 143	53,8	1 120	55,6	982	55,9
Femmes	3 074	45,9	1 027	46,2	1 000	44,4	864	44,1
Âge								
18-24 ans	711	13,2	235	13,5	242	14,4	215	15,2
25-34 ans	1 269	23,1	387	21,5	379	20,8	302	21,3
35-44 ans	1 344	22,0	476	22,0	408	20,2	377	21,8
45-54 ans	1 483	22,3	507	21,7	491	20,3	424	20,9
55-64 ans	1 070	13,9	392	15,0	426	17,5	343	13,6
65-75 ans	464	5,4	173	6,2	174	6,7	185	7,2
Âge moyen (ET)	41,2 (13,9)		41,7 (14,2)		42,1 (14,6)		41,4 (14,1)	
Nombre moyen de cigarettes fumées par jour (ET)	12,5 (10,0)		12,0 (9,4)		11,7 (10,0)		12,8 (9,8)	

Sources : Baromètres santé 2017, 2018, 2019 et 2020, Santé publique France.

Champ : 18-75 ans, France métropolitaine.

ET : écart-type.

Évolution des tentatives d'arrêt (TA) au dernier trimestre des années 2016 à 2019, parmi les fumeurs quotidiens au lancement de Mois sans tabac, et nombre d'inscrits à Mois sans tabac

	2016 (n=6 341)	2017 (n=2 170)	2018 (n=2 120)	2019 (n=1 846)
Taux de TA 24h au dernier trimestre (% et IC95%)	15,9% [14,8-17,0]	18,7%* [16,6-20,7]	22,5%[§] [20,2-24,7]	24,4% [21,9-26,8]
Nombre de TA 24h au dernier trimestre	2,0M [1,9M-2,2M]	2,3M [2,0M-2,6M]	2,6M [2,3M-2,9M]	2,9M [2,6M-3,3M]
Taux de TA 24h attribuables à Mois sans tabac (% et IC 95%)	2,9% [2,4-3,4]	2,9% [2,0-3,8]	4,8%[§] [3,4-6,1]	4,3% [3,1-5,4]
Nombre de TA 24h attribuables à Mois sans tabac	380 000 [310 000-440 000]	360 000 [250 000-470 000]	550 000 [400 000-710 000]	520 000 [380 000-660 000]
<i>Nombre d'inscrits sur le site</i>	<i>180 113</i>	<i>158 290</i>	<i>242 579</i>	<i>203 892</i>

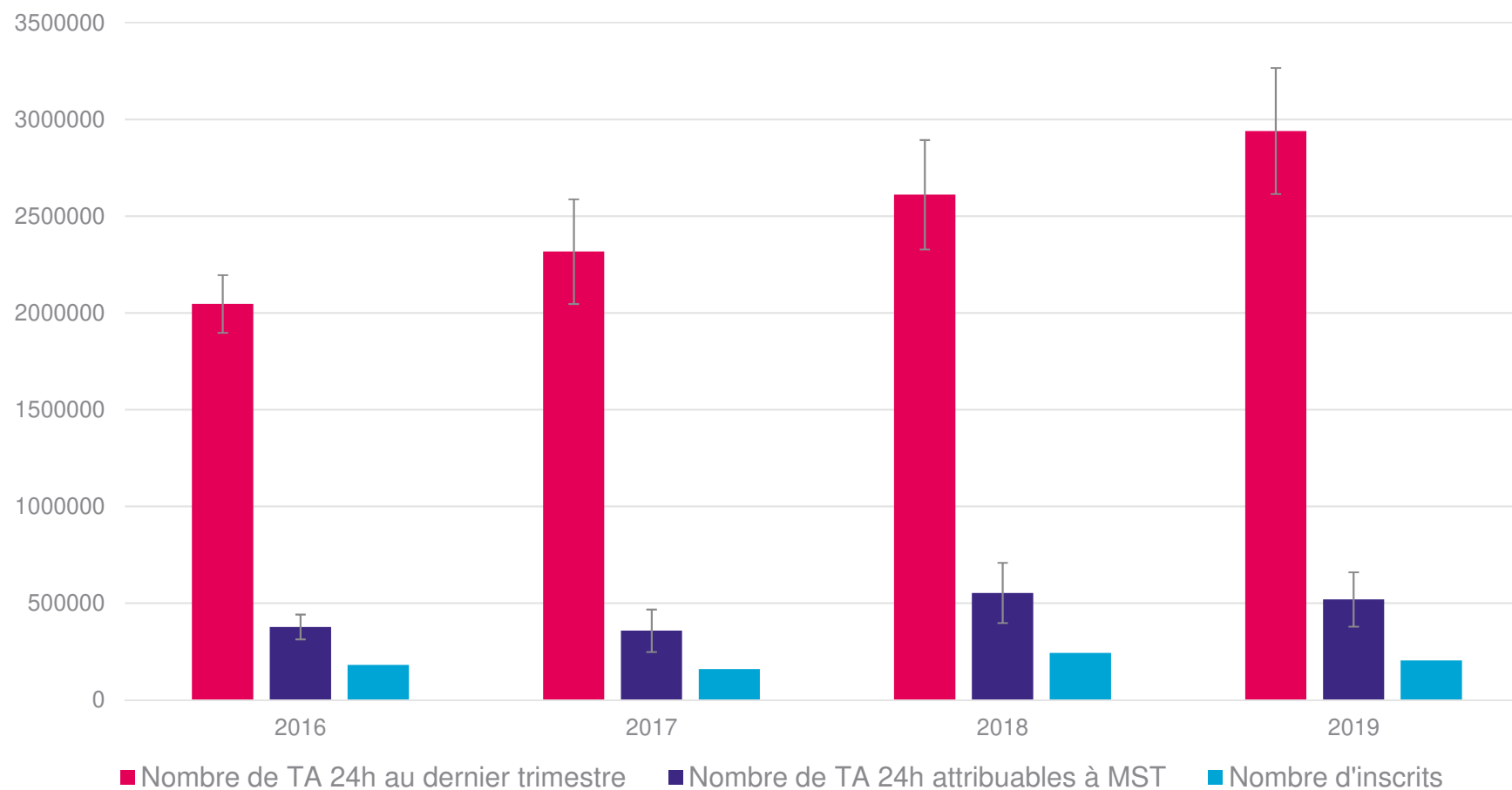
Sources : Baromètres santé 2017, 2018, 2019 et 2020, Santé publique France. Estimations de population, Insee.

Champ : 18-75 ans, France métropolitaine.

TA 24h : tentative d'arrêt d'au moins 24 heures ; IC95% : intervalle de confiance à 95% ; M : million.

* Évolution significative 2016-2017 ; [§] Évolution significative 2017-2018 (p<0,05).

RÉSULTATS



Une hausse continue du nombre de TA pendant et autour de Mois sans tabac sur la période 2016-2019

Une hausse du nombre de TA attribuables à Mois sans tabac entre 2017 et 2018 : :
correspond à une hausse de l'investissement publicitaire et à une refonte des supports de communication

Des tendances qui suivent celles observées sur le nombre d'inscriptions en ligne à l'opération (2 fois plus de tentatives d'arrêt liées à Mois sans tabac que d'inscriptions)

Une opération qui s'inscrit dans un ensemble de mesures du PNRT / PNLT (remboursement TSN, paquet neutre, hausse de la taxation...)

Des taux d'arrêt à 1 an (abstinence continue) estimés entre 6% et 10% pour la première édition de l'opération, à partir d'une étude de suivi.

LIMITES

Biais de mémoire / caractère rétrospectif de l'étude

Estimation basée sur les déclarations des répondants, mais taille d'effet cohérente avec les résultats d'une analyse exposés / non-exposés réalisée en 2016 (ORa = 1,3 [1,1-1,6])

Les effets indirects (changements de normes vis-à-vis du tabagisme ou changement des pratiques professionnelles) sont plus délicats à mesurer

FORCES

Étude basée sur un large échantillon représentatif de la population générale

Taux de participation du même ordre que ceux observés dans les enquêtes de référence sur la mesure des comportements de santé (comme BRFSS, USA)

Le fait de considérer l'ensemble du dernier trimestre atténue certains biais liés au calendrier de l'opération (effet d'opportunité)

RÉFÉRENCES



Wakefield MA, Loken B, Hornik RC. Use of mass media campaigns to change health behaviour. *Lancet* (London, England). 2010;376(9748):1261-71

Bala MM, Strzeszynski L, Topor-Madry R. Mass media interventions for smoking cessation in adults. *The Cochrane database of systematic reviews*. 2017;11:Cd004704

Brown J, Kotz D, Michie S, Stapleton J, Walmsley M and West R (2014), "How effective and cost-effective was the national mass media smoking cessation campaign 'Stoptober'?", *Drug Alcohol Depend*, Vol. 135, pp. 52-8.

West R, Stapleton J. Clinical and public health significance of treatments to aid smoking cessation. *European Respiratory Review*. 2008;17(110):199-204.

Gallopel-Morvan, K., Smadja, O., Mercier, A., Safta, E., Davies, J., Guignard, R., Arwidson, P. and Nguyen-Thanh, V. (2018), "'Moi(s) sans tabac': The first collective challenge for smoking cessation launched by Santé publique France", Hastings, G. & Domegan, C. (eds.), *Social Marketing: rebels with a cause, 3rd Edition*, Routledge Taylor & Francis Group, Oxford, United Kingdom, pp. 444-52.

Djian A, Guignard R, Gallopel-Morvan K, Smadja O, Davies J, Blanc A, Mercier A, Walmsley M, Nguyen-Thanh V. From "Stoptober" to "Moi(s) Sans Tabac": how to import a social marketing campaign. *Journal of Social Marketing*, 2019.

Guignard R, Andler R, Richard JB, Pasquereau A, Quatremère G, Arwidson P, Gallopel-Morvan K, Nguyen-Thanh V. Effectiveness of 'Mois sans tabac 2016', a French social marketing campaign against smoking. *Tobacco Induced Diseases*, 2021; 19: 60.

Guignard R, Andler R, Richard JB, Pasquereau A, Quatremère G, Nguyen-Thanh V. Efficacité de Mois sans tabac 2016 et suivi à 1 an des individus ayant fait une tentative d'arrêt, à partir du Baromètre de Santé publique France 2017. Saint-Maurice : Santé publique France ; octobre 2019. Synthèse 19 p.



MERCI POUR VOTRE ATTENTION

Résultats complets disponibles dans :

Guignard R, Gautier A, Andler R, Soullier N, Nguyen-Thanh V. Tentatives d'arrêt du tabac pendant l'opération Mois Sans Tabac (2016-2019) : résultats des Baromètres santé de Santé publique France. BEH, 2021;(16): 284-9.