

Conception de messages de sensibilisation à l'arrêt du tabac pour des professionnels de santé basée sur l'approche de l'action raisonnée

15^{ème} Congrès de la Société Francophone de Tabacologie– Reims 25 & 26 novembre 2021
Mémoire de DIU de tabacologie

Présentation :

BRON Mayène– *Chargée de projet Lieu de
Santé Sans Tabac
Service Ressources Humaines*

Directeur de mémoire :

GOURLAN Mathieu– *Cadre administratif
Département prévention Epidaure*



Contexte de l'étude

BUT = AUGMENTER L'INTENTION COMPORTEMENTALE D'ARRÊT DU TABAC DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ FUMEURS

Contexte général

Prévalence forte du tabagisme chez les soignants

Personnels fumeurs à l'ICM – 2020

37% des IDE

15% des médecins

26% des autres soignants

Objectifs

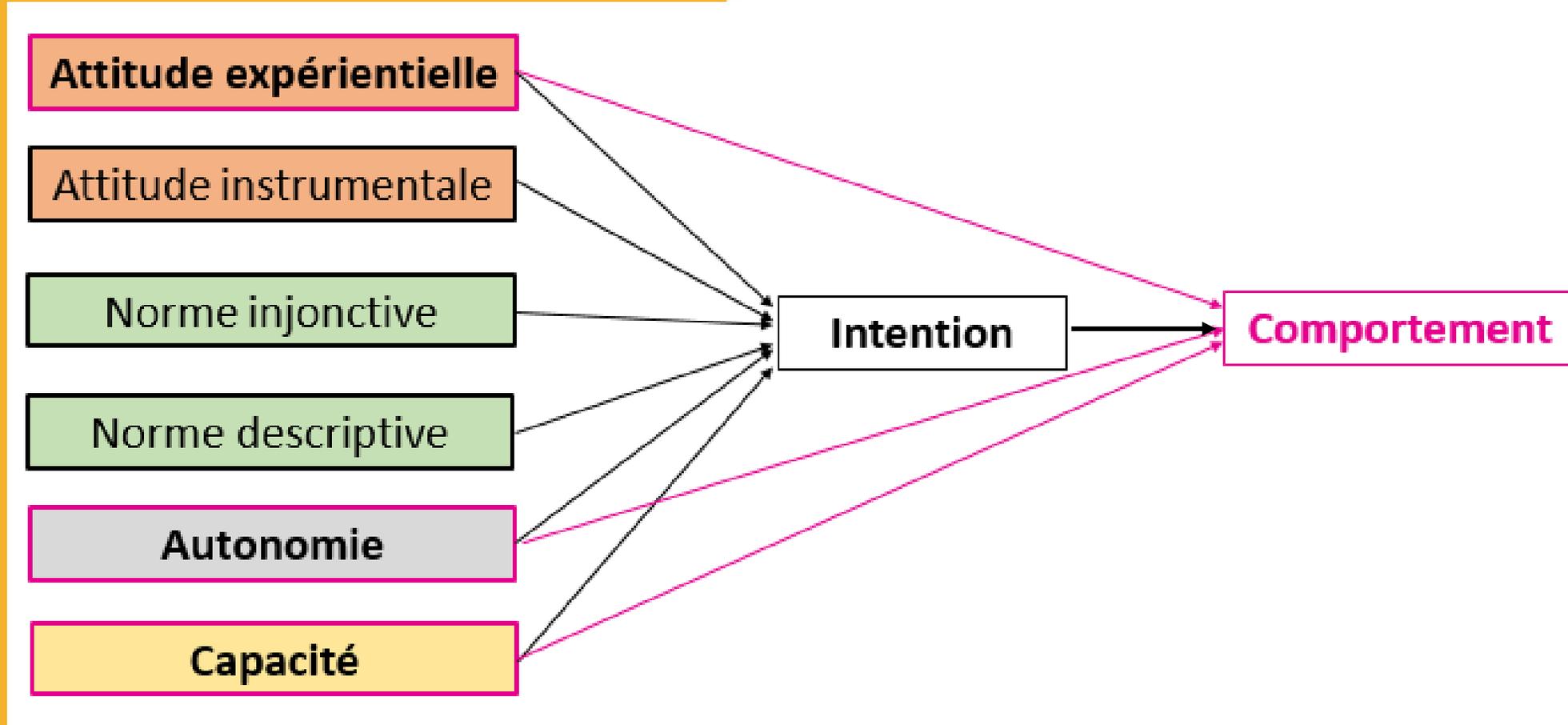
Concevoir et évaluer des messages de sensibilisation à l'arrêt du tabac pour les professionnels de santé basée sur l'approche de l'action raisonnée

Andler A., Guignard G., Pasquereau A., Nguyen-Thanh V. Tabagisme des professionnels de santé en France. Saint-Maurice : Santé publique France; 2017. 5 p. Disponible à partir de l'URL : <http://www.santepubliquefrance.fr>

Analyse nationale de l'enquête sur le tabagisme en établissement de santé Questionnaires destinés aux personnels hospitaliers 5 519 questionnaires de 45 établissements ; RESPADD; 2020,

Approche de l'action raisonnée

LES VARIABLES PREDICTIVES des comportements



Matériel et méthodes

Etapes du travail de recherche

1. **Identification** des croyances par une revue de la littérature
2. **Catégorisation** des croyances d'après l'approche de l'action raisonnée
3. **Création** des messages pour les professionnels de santé
4. **Evaluation** des messages d'après la méthode de consensus de Fink auprès d'un échantillon de 29 professionnels de santé

Fishbein, M., Ajzen, I., 2009. Predicting and Changing Behavior: the Reasoned Action Approach. Psychology Press, New York, NY

Fink A, Kosecoff J, Chassin M, Brook RH. Consensus methods: characteristics and guidelines for use. Am J Public Health. sept 1984;74(9):979-83.

QUESTIONNAIRE D'ÉVALUATION DE LA PERCEPTION DES MESSAGES

Echelle de Likert en 5 points de 1 pas du tout d'accord à 5 tout à fait d'accord

Répondez à chaque question en indiquant votre niveau d'accord (cocher une seule case).

Question 1 : Selon vous, ce message est **clair, facile à comprendre.**

- Pas du tout d'accord Un peu d'accord Moyennement d'accord Assez d'accord
 Tout à fait d'accord

Question 2 : Selon vous, ce message est **crédible.**

- Pas du tout d'accord Un peu d'accord Moyennement d'accord Assez d'accord
 Tout à fait d'accord

Question 3 : Ce message **vous a fait réfléchir** à votre consommation de cigarettes.

- Pas du tout d'accord Un peu d'accord Moyennement d'accord Assez d'accord Tout à fait d'accord

Question 4 : Vous vous sentez personnellement **concerné** par le sujet de ce message.

- Pas du tout d'accord Un peu d'accord Moyennement d'accord Assez d'accord
 Tout à fait d'accord

Question 5 : Ce message **a remis en question ce que vous aviez tendance à penser** sur le sujet.

- Pas du tout d'accord Un peu d'accord Moyennement d'accord Assez d'accord
 Tout à fait d'accord

Remarque

Si vous avez des commentaires à faire afin de rendre ce message plus clair, plus crédible, plus parlant ou plus intéressant, vous pouvez les indiquer ci-dessous.

1. **SAILLANCE** Paramètre « concerné »

- Message supprimé si > 30% de « pas du tout d'accord » (score 1)
- Conservé si < 30% de « pas du tout d'accord » (score 1)

2. **FORME** Paramètre « clair » ; « crédible » ; « réflexion conso » ;

- A conserver si > 65% au moins « moyennement d'accord » (score 3,4 et 5)
- A retravailler si < 65% au moins « moyennement d'accord » (score 3,4 et 5)

3. **FOND** « Modification des connaissances »

- A titre informatif, si < 65% au moins « moyennement d'accord » (score 3,4 et 5)
alors faible impact

Résultats : croyances liées au tabagisme chez les professionnels de santé (issues de la littérature)

ATTITUDE EXPERIENTIELLE	ATTITUDE INSTRUMENTALE
Fumer m'empêche de sombrer dans la dépression	Les conséquences du tabac sur la santé sont inquiétantes
Fumer diminue mon stress	Fumer m'aide à me concentrer
Continuer à fumer et ressentir de la culpabilité, de la honte ou de la déception face à l'entourage	Arrêter de fumer va me faire prendre du poids
	Ne pas arrêter de fumer pour continuer à faire partie d'une communauté

Résultats : croyances liées au tabagisme chez les professionnels de santé (issues de la littérature)

NORME INJONCTIVE	NORME DESCRIPTIVE
Ne pas arrêter de fumer par manque de soutien de mon entourage	La plupart des professionnels de santé en France fument
	La plupart des gens en France fument

Résultats : croyances liées au tabagisme chez les professionnels de santé (issues de la littérature)

AUTONOMIE

Le moment du café est une tentation

La présence de fumeurs dans l'environnement familial ou professionnel est une tentation

Fumer par plaisir du geste

L'odeur d'une cigarette est une tentation

CAPACITE

Je ne me sens pas capable d'arrêter de fumer

Arrêter de fumer est trop difficile

J'ai déjà essayé d'arrêter de fumer et ça n'a pas marché

Résultats : caractéristiques de l'échantillon des professionnels de santé testeurs

CONDITIONS SOCIO-DEMOGRAPHIQUES DES PROFESSIONNELS (n=29)

ICM

1084 salariés

52% de soignants

46% de non soignants

13% (filiale médicale)

39% (filiale soin)

25% (filiale médicotechnique)

21% (filiale administration)

Etude

29 volontaires (18--65)

59% de soignants

41% de non soignants

14% (filiale médicale)

45% (filiale soin)

17% (filiale médicotechnique)

24% (filiale administration)

Résultats : Evaluation des messages

L'ATTITUDE EXPERIENTIELLE

Arrêter de fumer provoque des pensées noires ? Selon une étude américaine*, le tabagisme augmente de 4 fois la probabilité de développer une dépression. 4 fois plus de chance de se sentir bien quand on ne fume plus. *Goodman, E., & Capitman, J. (2000). *Depressive symptoms and cigarette smoking among teens. Pediatrics, 106(4), 748-755.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	13(45%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	22(76%) 24(83%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	14(48%)	

Résultats : Evaluation des messages

L'ATTITUDE INSTRUMENTALE

Les conséquences du tabac sur la santé peuvent être perçues comme inquiétantes ? Selon une étude*, quelques semaines après l'arrêt du tabac vous aurez une meilleure circulation sanguine générale ; quelques mois après vous respirerez mieux et tousserez nettement moins. Un an après, votre risque d'accident vasculaire cérébral redevient équivalent à celui d'une personne n'ayant jamais fumé.* *Perriot, J. (2009). Arrêt du tabagisme. La Revue du praticien. Médecine générale, (817), 152-152.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	4(14%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%)	
-Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	23(79%)	
-Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	11(38%)	

Résultats : Evaluation des messages

LA NORME INJONCTIVE

Est-ce que votre entourage peut vous aider à arrêter de fumer ? Amis, collègue ou famille, on a tous quelqu'un prêt à nous écouter ou à nous tendre la main. Un fumeur voulant arrêter et recevant du soutien aura 80 % de chance supplémentaire d'y parvenir par rapport à un fumeur arrêtant sans aide*. **Arrêt du tabac dans la prise en charge du patient atteint de cancer/Systématiser son accompagnement, INCa, mars 2016.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	6(21%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 26(90%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	18(62%) 8(26%)	Message à retravailler

Discussion - Conclusion

Points forts

- 18 messages créés et évalués et 7 validés
- Issus de la littérature en lien avec l'approche de l'action raisonnée
- Evalués via la méthode de consensus de Fink et al. (1991)
- Tous jugés clairs et crédibles

Points faibles

- Messages des attitudes expérientielles supprimés à réévaluer
- Messages supprimés : ne pas se sentir concerné ou être en résistance ?

Remerciements :

M Gourlan Département Prévention Epidaure

A Stoebner Département des Soins de Support

N Raynal, J Castanier Direction des Ressources Humaines

Pr M Ychou, E Quissac Direction générale

Tous les participants volontaires



Merci de votre
attention

Des questions ?



L'attitude expérientielle

Arrêter de fumer provoque des pensées noires ? Selon une étude américaine*, le tabagisme augmente de 4 fois la probabilité de développer une dépression. 4 fois plus de chance de se sentir bien quand on ne fume plus. *Goodman, E., & Capitman, J. (2000). *Depressive symptoms and cigarette smoking among teens. Pediatrics, 106(4), 748-755.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	13(45%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	22(76%) 24(83%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	14(48%)	

L'attitude expérientielle

Continuer à fumer peut-être une source de préoccupation ? Selon une étude*, arrêter de fumer, c'est pouvoir se libérer d'une forme de culpabilité, voir de honte ou de déception, envers soi ou envers ses proches... et relever un défi. *Bernard, O. *Dépendance tabagique : la vie et la mort dans un seul geste.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	9(31%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	22(76%) 22(76%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	15(52%) 7(24%)	

L'attitude expérientielle

Fumer aide à rester plus calme et gérer le stress ? Une étude* a montré qu'après une courte période de stress d'un mois (facilement apaisable avec des substituts nicotiques), les personnes qui arrêtaient de fumer devenaient plus calme qu'avant leur arrêt. *Khazaal, Y., Cornuz, J., & Zullino, D. (2004). *Les troubles anxieux sont-ils associés à un tabagisme particulier? Stress-anxiété et tabagisme. Santé mentale au Québec, 29(1), 73-80*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	9(31%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	23(79%) 25(86%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	15(52%) 11(38%)	

L'attitude instrumentale

Arrêter de fumer peut-être une façon de prendre soin de soi ? L'arrêt du tabac vous offrira bien des satisfactions. Les études* montrent qu'au bout de 2 jours, vous commencerez à retrouver le goût puis l'odorat et dans 1 mois vous aurez meilleure mine et votre peau sera plus belle. * Perriot, J. (2009). Arrêt du tabagisme. *La Revue du praticien. Médecine générale*, (817), 152-152.

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	5(17%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	27(93%) 27(93%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	20(69%) 10(34%)	

L'attitude instrumentale

Les conséquences du tabac sur la santé peuvent être perçues comme inquiétantes ? Selon une étude*, quelques semaines après l'arrêt du tabac vous aurez une meilleure circulation sanguine générale ; quelques mois après vous respirerez mieux et tousserez nettement moins. Un an après, votre risque d'accident vasculaire cérébral redevient équivalent à celui d'une personne n'ayant jamais fumé.* *Perriot, J. (2009). Arrêt du tabagisme. La Revue du praticien. Médecine générale, (817), 152-152.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	4(14%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 28(97%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	23(79%) 11(38%)	

L'attitude instrumentale

Arrêter de fumer peut faire prendre du poids ? Selon plusieurs études*, lorsque vous fumez vous favorisez l'accumulation des graisses spécifiquement au niveau du ventre. *Chiolero, A., Faeh, D., Paccaud, F., & Cornuz, J. (2008). *Consequences of smoking for body weight, bodyfat distribution, and insulin resistance. The American journal of clinical nutrition, 87(4), 801-809.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	9(31%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	27(93%) 24(83%)	
FOND	16(55%)	
-Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	10(34%)	

L'attitude instrumentale

Fumer permet parfois de partager de bons moments avec les collègues ? Même en arrêtant de fumer, vous garderez ensemble vos moments d'échanges et de rires, vous pourrez partager votre expérience et peut-être même en inspirer quelques-uns.

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	11(38%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	27(93%) 26(90%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	12(90%) 8(26%)	

L'attitude instrumentale

Fumer peut aider à se concentrer et être performant dans son travail ? Des études* ont montré l'impact du tabac sur la somnolence et le ralentissement des réflexes quelques heures après avoir consommé une cigarette. A long terme, la consommation régulière de tabac a un impact négatif sur les performances cérébrales (perception, attention, mémoire...). *Lecacheux, M., Karila, L., Aubin, H. J., Dupont, P., Benyamina, A., Maman, J., ... & Reynaud, M. (2009). *Altérations cognitives liées au tabac. La Presse Médicale, 38(9), 1241-1252*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	13(45%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	25(86%) 22(76%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	11(38%)	
-Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	9(31%)	

L'autonomie

Que faire si le moment du café ou la fin des repas donne envie d'une cigarette ? Selon les études*, il suffit parfois de changer un rien pour tout changer. Sachez alors qu'il existe des solutions pour résister à la tentation dans ce genre de moments (substituts nicotiniques, espacer dans un premier temps cigarettes et pause-café, changer de lieu de pause). * *Duhigg, Charles. Le Pouvoir des habitudes. Changer un rien pour tout changer. Flammarion, 2016.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	8(28%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 27(93%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	20(69%) 10(34%)	

L'autonomie

Que faire si le « plaisir du geste » rend l'arrêt du tabac difficile ? Selon les études*, notre cerveau associe le plaisir au geste. Dans un premier temps, il est donc possible de réaliser ce même geste tout en l'associant à un comportement compatible avec vos goûts et votre mode de vie (prendre une boisson chaude, manger un fruit ou encore appeler un proche).

**Caponnetto, P., Cibella, F., Mancuso, S., Campagna, D., Arcidiacono, G., & Polosa, R. (2011). Effect of a nicotine-free inhalator as part of a smoking-cessation programme. European Respiratory Journal, 38(5), 1005-1011*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	6(21%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	27(93%)	
-Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	24(83%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	15(52%) 9(31%)	Message à retravailler

L'autonomie

Que faire si la présence de fumeurs dans l'entourage donne envie de fumer ? Selon les études*, nous avons tendance à vouloir reproduire ce que nous voyons y compris lorsque nos proches fument. Dans ces moments, il existe alors quelques solutions pour résister à l'envie de fumer face à l'entourage lors des premiers mois (prendre un substitut nicotinique lors des échanges ou encore regarder ou penser à un proche non-fumeur). *Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004). *The mirror-neuron system. Annu. Rev. Neurosci.*, 27, 169-192.

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	8(28%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 23(79%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	14(48%) 8(28%)	Message à retravailler

L'autonomie

Après l'arrêt du tabac, que faire si l'odeur d'une cigarette continue à donner envie de fumer? Selon une étude*, dans un premier temps, vous serez plus sensible à l'odeur du tabac notamment dû à un retour à la normale de votre odorat. Cette hyper-sensibilité ne durera que quelques semaines. En attendant, il est possible d'éviter le plus possible ce genre de situation, d'avoir recours à des substituts nicotiques, ou bien d'avoir une odeur agréable avec vous. *Bonfils, P. (2009). *Odorat et tabac. La lettre d'ORL et de chirurgie cervico-faciale*, 316, 16-17.

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	9(31%)	Message supprimé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	27(93%) 27(93%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	17(59%) 10(34%)	

La norme injonctive

Est-ce que votre entourage peut vous aider à arrêter de fumer ? Amis, collègue ou famille, on a tous quelqu'un prêt à nous écouter ou à nous tendre la main. Un fumeur voulant arrêter et recevant du soutien aura 80 % de chance supplémentaire d'y parvenir par rapport à un fumeur arrêtant sans aide*. **Arrêt du tabac dans la prise en charge du patient atteint de cancer/Systématiser son accompagnement, INCa, mars 2016.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	6(21%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 26(90%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	18(62%) 8(26%)	Message à retravailler

La norme descriptive

Quelle est la proportion de fumeurs chez les plus de 18 ans en France ? Ce chiffre est actuellement de 24%. Depuis 2010, le nombre de fumeurs en France a baissé de 5 points. Allez, on s'y met tous ensemble. *Pasquereau, A., Andler, R., Arwidson, P., & Nguyen-Thanh, V. (2020). *Consommation de tabac parmi les adultes: bilan de cinq années de programme national contre le tabagisme, 2014-2019. Bull Epidemiol Hebd, 14, 273-81.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	7(24%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 26(90%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	19(66%) 12(42%)	

La norme descriptive

Quelle est la proportion de fumeurs chez les professionnels de santé en France ? Selon une enquête récente, ce chiffre est actuellement de 16% chez les professionnels de santé. Depuis 2010, le nombre de fumeurs chez les professionnels de santé a baissé de plus de 10%. Allez, on s'y met tous ensemble. * Réseau de prévention des addictions (2020). Analyse nationale de l'enquête sur le tabagisme en établissement de santé.

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	6(21%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	29(100%) 29(100%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	19(66%) 15(52%)	

La capacité

Ne pas fumer paraît difficile ? D'après une étude, répéter des phrases soutenant booste la confiance pour y arriver et aide à tenir bon : « je peux tenter de tenir encore un peu » ou « j'ai envie alors si j'essayais... » ; ou même « je sais que je peux surmonter ça ». C'est le moment de s'encourager. *Harris, P. R., Mayle, K., Mabbott, L., & Napper, L. (2007). *Self-affirmation reduces smokers' defensiveness to graphic on-pack cigarette warning labels. Health Psychology, 26(4), 437.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	4(14%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 28(97%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	21(72%) 15(52%)	

La capacité

Déjà plusieurs tentatives d'arrêt ? Autant de moments de quelques jours, quelques semaines, quelques mois, où vous avez réussi à dire stop au tabac. Selon une étude*, quel que soit le nombre de tentatives, l'arrêt est toujours possible. *Graham, I., Atar, D., Borch-Johnsen, K., Boysen, G., Burell, G., Cifkova, R., ... & Zampelas, A. (2007). *European guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice: executive summary: Fourth Joint Task Force of the European Society of Cardiology and Other Societies on Cardiovascular Disease Prevention in Clinical Practice (Constituted by representatives of nine societies and by invited.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	7(24%)	Message conservé
FORME	28(97%)	
-Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	20(69%) 11(38%)	

La capacité

Mais qui réussit vraiment à arrêter de fumer ? Selon une enquête*, entre 2014 et 2019, autant les hommes que les femmes, quel que soit leur âge (de 18 à 54 ans), font partie de ceux qui arrêtent de fumer. Chacun peut essayer d'arrêter de fumer et à sa chance de réussir.

*Pasquereau, A., Andler, R., Arwidson, P., & Nguyen-Thanh, V. (2020). *Consommation de tabac parmi les adultes: bilan de cinq années de programme national contre le tabagisme, 2014-2019. Bull Epidemiol Hebd, 14, 273-81.*

Paramètres	Résultats	Décision
SAILLANCE -Concerné : nb de personnes « pas du tout d'accord »	3(10%)	Message conservé
FORME -Clarté : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Crédibilité : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	28(97%) 27(93%)	
FOND -Réflexion : nb de personnes au moins « moyennement d'accord » -Modification des connaissances : nb de personnes au moins « moyennement d'accord »	17(59%) 11(38%)	Message à retravailler