#MOI(S) SANS TABAC

Tous mobilisés dans le Grand Est pour la 5ème édition

En novembre, on arrête ensemble !

OCTOBRE 2020 - DOSSIER DE PRESSE

Contact presse

Agence Régionale de Santé Grand Est

Laura PHILIS - Attachée de presse

Tél : 03 83 39 29 76

ars-grandest-presse@ars.sante.fr

Sommaire

Communiqué de synthèse

Le MoST 2020 : les points forts de la 5ème édition

- **#MoisSansTabac renforce son programme d'accompagnement et lance « Le Programme 40 jours »**
  1. 10 jours pour se préparer au sevrage
  2. 30 jours pour arrêter

- **#MoisSansTabac : des outils pour garder le lien**
  1. La refonte du site Tabac Info Service
  2. L'application Tabac Info Service de l'Assurance Maladie fait peau neuve
  3. Le 39 89 : la ligne téléphonique gratuite
  4. #MoisSansTabac, ça se passe aussi sur les réseaux sociaux
  5. #MoisSansTabac : l'appel à projet de l'Assurance Maladie

Le #MoisSansTabac en Grand Est

- En Grand Est, tous acteurs de #MoisSansTabac !
- Exemples d'actions conduites en région
- Grossesse et Tabac : un bon moment pour arrêter de fumer !
- L'implication des professionnels de santé
- Les bénéfices de l'arrêt du tabac

Le Tabac en France… Où en sommes-nous ?

- Une diminution significative du tabagisme quotidien depuis 2014…
- … mais encourager l'arrêt du tabac reste une priorité !

Et en Grand Est ? La lutte contre la consommation du tabac reste un enjeu majeur de santé publique pour notre région

- La lutte contre le tabagisme, une priorité pour l'ARS Grand Est
- Les nouveautés 2020
  1. Zoom sur 2 projets phares financés dans le cadre de la politique régionale de lutte contre le tabac en région Grand Est
     - Lieu de santé sans tabac (LSST) : une politique active contre le tabac
     - Villes Pilotes sans tabac : la vie est belle sans tabac !
  2. ARS Grand Est : s'engager à devenir une ARS sans tabac
- Les chiffres clés du Grand Est

Communiqué de presse
Nancy, le 27 octobre 2020

5ème édition de #MoisSansTabac : En novembre, on arrête ensemble !

Santé publique France, en partenariat avec le Ministère des Solidarités et de la Santé et l'Assurance Maladie, lance la 5ème édition de #MoisSansTabac. Les éditions précédentes ont comptabilisé 784 000 inscriptions à ce grand défi collectif. Devenue incontournable, cette opération accompagne toutes les personnes ayant la volonté d'arrêter de fumer, si elles le souhaitent.
Ce rendez-vous annuel débute dès le mois d'octobre pour les fumeurs, invités à s'inscrire via la plateforme dédiée Tabac Info Service et à se préparer avant de se lancer dans le défi de l'arrêt du tabac. Puis tout au long du mois de novembre, Tabac Info Service encourage et soutient quotidiennement les participants pour qu'ils restent motivés.
Depuis mi-octobre, Santé publique France déploie cette campagne nationale avec de nombreux nouveaux outils, créés pour inciter les fumeurs à faire partie de l'aventure #MoisSansTabac et les accompagner efficacement.
En Grand Est, l'Agence Régionale de Santé et ses partenaires soutiennent depuis le début cet événement national.

#MoisSansTabac : un rendez-vous inscrit dans les agendas des Français

#MoisSansTabac, campagne nationale d'aide à l'arrêt du tabac, qui s'apprête cette année encore à rassembler des dizaines de milliers de fumeurs, mise sur un élan collectif en incitant les fumeurs à arrêter tous ensemble pendant 1 mois, en novembre. En effet, un mois sans fumer multiplie par cinq les chances d'arrêter définitivement. Après 30 jours d'abstinence, la dépendance s'avère bien moins forte et les symptômes de manque (nervosité, irritabilité) sont moins présents.

En quelques chiffres nationaux

- **784 000 inscriptions depuis la 1ère édition**
- **Une édition 2019 couronnée de succès :**
  - **Plus de 200 000 inscriptions**
  - **128 501 téléchargements de l'application**
  - **22 705 recours au 39 89, la ligne téléphonique Tabac info service**
- **126 801 fans sur la page Facebook et 5 681 followers sur Twitter**

FOCUS #MoST Grand Est / Edition 2019

- **15 428 inscrits**
- **1126 membres au groupe Facebook « Les habitants du Grand Est # Mois Sans Tabac »**
- **292 actions # MoST recensées sur le territoire du Grand Est**

Un accompagnement renforcé pour la 5ème édition de #MoisSansTabac

La 5ème édition de #MoisSansTabac met à l'honneur ses anciens participants devenus ex-fumeurs, afin de favoriser le partage d'expériences.

A travers des témoignages, des portraits, des anecdotes, chacun sera en mesure de se retrouver et se projeter dans les différentes étapes du sevrage, puis dans une vie sans tabac. **Santé publique France**, malgré la crise sanitaire et l'impossibilité d'organiser des évènements rassemblant du public, **renforce également son dispositif d'accompagnement des participants et lance son nouveau programme d'accompagnement : « Programme 40 jours »**.

Véritable outil de coaching, il est composé de deux phases : **10 jours de préparation et 30 jours de défi.**

Santé publique France propose chaque jour des conseils, activités, challenges pour accompagner les participants. Disponible dans le **kit #MoisSansTabac**, en stories **#monprogrammesanstabac** sur la page **Instagram Tabac Info Service**, ou **par mail**, le public recevra quotidiennement son **boost de motivation.**

#MoisSansTabac : ça marche !

- ### Des outils qui ont prouvé leur efficacité

#MoisSansTabac est une opération qui rassemble mais aussi et surtout constitue un programme qui a fait ses preuves.

Les 4 premières éditions de **#MoisSansTabac** ont enregistré plus de **784 000 inscriptions, dont 200 000 en 2019.** La campagne a contribué à la baisse historique de la proportion de fumeurs en France, dans le cadre du Programme National de Lutte contre le Tabagisme (PNLT). **Ainsi, de 2014 à 2019, le nombre de fumeurs quotidiens a diminué de 1,9 million.**

Près de 380 000 fumeurs ont fait une tentative d'arrêt suite à la première édition de #MoisSansTabac ; des résultats soulignés par le **Baromètre de Santé publique France 2017.** Plus intéressant : un an après l'opération, environ 6% à 10% des anciens fumeurs étaient toujours abstinents, contre des taux atteignant habituellement les 3 à 5% pour des tentatives d'arrêts sans aide extérieure, d'après les études scientifiques. **Ainsi, arrêter de fumer lors de l'opération multiplie par deux la réussite du sevrage tabagique à un an.**

67, c'est le pourcentage de fumeurs ayant eu recours à un professionnel de santé ou à une aide - cigarette électronique, substituts nicotiniques... - durant leur tentative d'arrêt en lien avec **#MoisSansTabac en 2016**.

- ### Des fumeurs qui ont de plus en plus recours aux substituts nicotiniques pour arrêter de fumer

Les traitements par substituts nicotiniques ont prouvé leur efficacité dans l'arrêt du tabac. Ils sont remboursés par l'Assurance Maladie, sur prescription, depuis 2018.

Depuis la première opération de Mois sans tabac, on observe que le remboursement de ces traitements augmente particulièrement à l'automne, et ce dès le mois d'octobre et durant toute l'opération Mois sans tabac.

En 2019, plus d'un million de personnes en France ont eu recours à ces traitements pour arrêter de fumer ; ce chiffre a triplé en 2 ans, grâce à leur remboursement.

Par ailleurs, les professionnels de santé sont de plus en plus nombreux à prescrire ces traitements : en 2019, près de 100 000 professionnels de santé différents ont prescrit des substituts nicotiniques à leurs patients, un nombre en augmentation de près de 60 % en 2 ans.

Cette hausse concerne d'ailleurs toutes les catégories de professionnels, en particulier les non-médecins : **les « nouveaux » prescripteurs depuis 2016 (infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes, chirurgiens-dentistes),** ainsi que les sages-femmes. En effet, leur part au sein des prescripteurs a été multiplié par 4 depuis 2017 ; plus précisément, ce sont les infirmiers qui en prescrivent le plus, après les médecins généralistes.

Le #Mois sans Tabac 2020

Les points forts de la 5ème édition

En 2020, #MoisSansTabac s'adapte au contexte de la crise sanitaire liée au COVID-19. Les événements rassemblant du public étant déconseillés pour éviter la propagation du virus, Santé publique France et ses partenaires, le Ministère des Solidarités et de la Santé et l'Assurance Maladie, déploient un certain nombre d'outils et d'actions pour accompagner, au quotidien, les participants. Santé publique France développe notamment un nouveau programme d'accompagnement de 40 jours permettant à chacun de se lancer dans le défi #MoisSansTabac et l'Assurance Maladie propose un accompagnement sur le terrain d'aide au sevrage.

- ## #MoisSansTabac renforce son programme d'accompagnement et lance « Le Programme 40 jours »

#MoisSansTabac représente depuis maintenant 5 ans un défi collectif et partagé où l'accompagnement est primordial. De nombreux témoignages ont souligné la difficulté à rompre seul la dépendance au tabac. Pour accompagner tous les participants et les soutenir au quotidien, Santé Publique France, pour cette 5ème édition, crée son nouveau programme d'accompagnement sur 40 jours composé de deux phases : 10 jours de préparation et 30 jours de défi où seront proposés chaque jour conseils, activités, challenges et encouragements.

1. 10 jours pour se préparer au sevrage

La phase de préparation avant le sevrage permet aux fumeurs de s'informer, de choisir leur stratégie d'arrêt et de se tenir prêts à affronter chaque étape du sevrage tabagique. Cette année, Santé publique France souhaite accompagner les Français dans cette phase de préparation au défi #MoisSansTabac, en proposant un programme d'accompagnement sur dix jours.

10 jours pour :

- **Définir** ses **motivations**. Définir les motivations à l'arrêt du tabac est le premier pas primordial à la préparation du défi.
- **Découvrir son profil de fumeur**. En tenant un journal de bord, comprendre sa consommation de tabac sera décisif pour se lancer dans le défi.
- **Tester sa dépendance** physique au tabac. Le test de Fagerstörm permet de tester sa dépendance physique au tabac et par conséquent choisir la meilleure stratégie d'arrêt.
- **Informer autour de soi.** Informer ses proches est un premier pas dans le défi.

Cet accompagnement sur 10 jours pour la phase de préparation est un des leviers sur lequel compte Santé publique France pour permettre au plus grand nombre de réussir le défi.

2. 30 jours pour arrêter

Le Challenge commence maintenant ! Durant 30 jours, Santé publique France accompagne les participants de manière renforcée avec un programme de coaching journalier proposant un défi, un conseil de tabacologue ou une astuce pour tenir le cap.

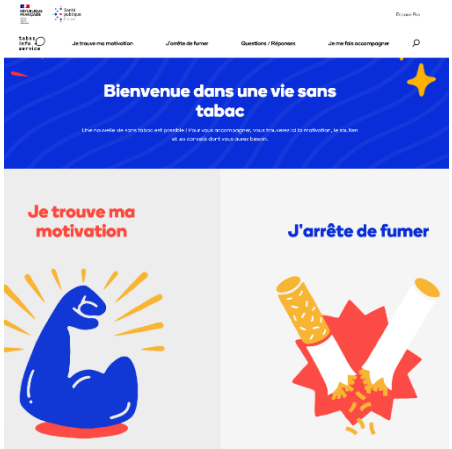
- **Jour 1** : Santé publique France démarre fort avec un Facebook live le 1er novembre, sur la page Tabac info service ou sur les groupes #MoisSansTabac de chaque région, pour écouter en direct les conseils d'un tabacologue, se retrouver et échanger avec les autres participants qui traversent la même épreuve.

- **30 jours de défis, conseils et bonnes pratiques** : faire de l'exercice, changer ses habitudes, prendre le temps de se relaxer, apprendre à refuser une cigarette, se changer les idées… Ce sont des défis au quotidien qui permettent de découper le grand défi de 30 jours en 30 défis plus simples à relever.

• #MoisSansTabac : des outils pour garder le lien

L'opération #MoisSansTabac compte chaque année de plus en plus de participants formant une communauté pour laquelle le lien, le partage d'expérience et d'astuces sont primordiaux pour réussir à surmonter l'envie de fumer. C'est en ce sens que Santé publique France a développé un ensemble d'outils pour permettre aux fumeurs de se sentir accompagnés et guidés.

1. La refonte du site Tabac Info Service



Le site **Tabac info service,** dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac, a été repensé pour faciliter la navigation et l'accès à l'information par le biais de contenus plus pertinents et plus synthétiques.

Les participants au défi #MoisSansTabac peuvent cette année établir un diagnostic clair de leur tabagisme avec des points détaillés sur leur dépendance physique, leur motivation, et leur confiance. En parallèle, les fumeurs peuvent accéder à de nombreuses informations relatives aux différentes stratégies d'arrêt (comme les substituts nicotiniques, les traitements médicamenteux (bupropion ou varénicline) ou encore la cigarette électronique).

En complément, des témoignages viennent alimenter et répondre aux questions que les fumeurs se posent durant la période de sevrage. Ces récits provenant de profils hétéroclites apportent de l'espoir et de la motivation durant le mois et renforce la force du collectif au cours de l'arrêt.

2. L'application Tabac Info Service de l'Assurance Maladie fait peau neuve

L'application d'e-coaching Tabac Info Service, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France et avec le concours de la Société Francophone de Tabacologie, propose, quant à elle, un programme d'e-coaching 100% personnalisé, des conseils, des astuces et des mini jeux comme des vidéos de soutien.

Grâce à un tableau de bord, les participants peuvent visualiser les bénéfices sur leur santé et les économies réalisées en temps réel. Sur l'application, les fumeurs peuvent fixer à l'avance une date d'arrêt de la cigarette et suivre ainsi un compte à rebours pour les motiver.

Cette année, l'application permet d'accéder à la majorité des contenus sans avoir besoin de s'inscrire, en offrant des informations et activités directement depuis l'écran de la page d'accueil. Elle s'est enfin enrichie de nouvelles vidéos sur la grossesse et la contraception, et de nouveaux contenus liés à la campagne Mois Sans Tabac.

Les chiffres clés de l'appli

- **Plus d'1 million de téléchargements depuis la création de l'application**
- **Plus de 128 000 téléchargements au cours du Mois Sans Tabac 2019**
- **Plus de 600 000 utilisateurs actifs actuellement**

3. Le 39 89 : la ligne téléphonique gratuite

Le 39 89 est la ligne téléphonique de Tabac info service, accessible à tous du lundi au samedi, de 8h à 20h. Elle met en relation des fumeurs avec des professionnels de l'arrêt du tabac. Cet échange téléphonique est un accompagnement entièrement gratuit, offrant un suivi personnalisé.

. Si le fumeur le souhaite, il peut alors être mis en relation avec un tabacologue. Ensemble, ils peuvent ainsi faire le point sur la consommation quotidienne du fumeur et trouver une stratégie d'arrêt personnalisée Le participant est accompagné par le même tabacologue, avec des rendez-vous téléphoniques réguliers.

« 87 % des utilisateurs du 39 89 déclarent que ce suivi les a aidés dans leur arrêt du tabac »
(selon Santé publique France)

4. #MoisSansTabac, ça se passe aussi sur les réseaux sociaux !

Santé publique France et l'Assurance Maladie proposent aux participants de les rejoindre sur les réseaux sociaux. En s'inscrivant sur les pages **Facebook**, **Twitter** et la toute nouvelle page **Instagram @tabacinfoservice**, les fumeurs peuvent trouver chaque jour du soutien, des informations utiles et des conseils dans leur tentative d'arrêt.

Ces pages sont alimentées au quotidien avec des vidéos et des posts pour aider les personnes à se détendre, à s'organiser, à modifier leurs habitudes tout en maintenant un lien avec toute la communauté.

Elles sont surtout le lieu d'une communauté échangeant des milliers de commentaires par mois, où l'entraide entre internautes existe. On s'y soutient, on s'encourage, on partage ses trucs et astuces en cas de forte envie de fumer… Et cette communauté virtuelle a des effets bien réels. Les réseaux sociaux mettent notamment régulièrement à l'honneur les témoignages postés par d'anciens fumeurs (de fraîche date, ou de plus longue).

Dimanche 1er novembre : Les futurs non-fumeurs sont invités à suivre un Facebook Live pour débuter le #MoisSansTabac. Animé par un tabacologue, ce direct a pour objectif d'apporter des conseils pour tous les participants.

5. #MoisSansTabac : l'appel à projet de l'Assurance Maladie

En complément du dispositif de communication, l'Assurance Maladie a renouvelé cette année son appel à projets pour des actions financées par le fonds de lutte contre les addictions

Son objectif : financer des initiatives locales et les actions de terrain des caisses d'assurance maladie et de leurs partenaires, en privilégiant l'accompagnement des fumeurs dans leur démarche de sevrage pendant Moi(s) sans tabac : consultations individuelles, ateliers collectifs, remises gratuites de substituts nicotiniques…

Malgré la crise sanitaire, l'implication des caisses primaires est restée **très forte** puisque 90 % d'entre elles ont soutenu des projets : 93 Caisses Primaires d'Assurance Maladie (CPAM) ainsi que les Caisses Générales de Sécurité Sociale (CGSS) de la Guadeloupe, la Martinique et la Réunion ont mobilisé leurs équipes et leurs partenaires pour porter **plus de 400 opérations sur l'ensemble du territoire lors de cette édition 2020, soit une hausse de 10 % par rapport à l'édition 2019**, avec près de 2 millions d'euros de subventions accordées.

Chaque projet, comporte le déploiement d'actions complémentaires : actions d'informations et de sensibilisation des fumeurs au cours du mois d'octobre, suivies d'actions concrètes d'accompagnement à l'arrêt du tabac pendant tout le mois de novembre, toutes dans le respect des gestes barrière et des règles sanitaires en vigueur. Les projets ciblent notamment les populations prioritaires : **publics en situation de précarité sociale, jeunes, femmes enceintes**, **personnes atteintes de pathologies chroniques …**

Ces actions locales peuvent se dérouler dans de nombreux types de structures : par exemple, dans les Centres d'examens de santé de l'Assurance Maladie, mais aussi dans des hôpitaux et maternités, des centres de protection maternelle et infantile (PMI), des établissements pénitentiaires, des missions locales jeunes, en milieu scolaire, dans des centres d'action sociale, des structures de distribution de l'aide alimentaire…

Le #MoisSansTabac en Grand Est

En Grand Est, plusieurs actions et projets sont également mis en œuvre au niveau régional pour accompagner les fumeurs dans leur tentative d'arrêt.

Il est à présent possible de s'inscrire ou de soutenir les inscrits sur : https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/

• En Grand Est, tous acteurs de #MoisSansTabac !

En tant qu'ambassadeur régional de #MoisSansTabac, **l'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (A.N.P.A.A.)** a pour mission d'animer, de sensibiliser et de mobiliser les habitants du Grand Est tout au long de la phase préparatoire, puis d'accompagner et d'encourager les participants lors du défi.

Un réseau de partenaires de plus en plus dense

Le mouvement #MoisSansTabac réunit des acteurs publics, privés, nationaux et régionaux qui s'impliquent sur le terrain, auprès de leurs salariés, administrés, adhérents, patients… En région Grand Est, de nombreux partenariats ont été noués.

Toutes les structures participantes, depuis la 1ere édition jusqu'à aujourd'hui, (environ 200), s'engagent *a minima* à relayer la campagne via de l'affichage et en mettant à disposition des brochures et flyers.

En 2020, les actions sont conduites dans le respect des mesures barrières.

Plus de renseignement sur : https://anpaa-grandest.fr/moissanstabac.html

• Exemples d'actions conduites en région Grand Est

Pour cette 5ème édition, et tout comme en 2019, les maternités mais aussi les PMI et les professionnels de santé libéraux du Grand Est sont particulièrement mobilisées.

Communication, conseils et accompagnement…les maternités mettront en place des actions à l'occasion du mois sans tabac pour aider l'entourage des futurs bébés du Grand Est à dire définitivement non au tabac.

L'ARS a donné à l'ensemble des maternités la possibilité de disposer d'outils de communication, telles que des affiches ou des bâches pour rendre visible leur engagement dans ce grand défi collectif.

De mêmes des affiches spécifiques sont mises à disposition des 10 PMI de la région et de tous les masseurs kinésithérapeutes et sages-femmes libéraux souhaitant s'impliquer dans ce mois sans tabac 2020.

• Grossesse et Tabac : un bon moment pour arrêter de fumer !

Fumer durant la grossesse comporte des risques pour la grossesse elle-même et pour le développement du fœtus. Si arrêter de fumer est toujours un défi, l'arrivée d'un enfant peut être un moment propice pour le relever.

Si 1/3 des femmes enceintes parvient à arrêter complètement la cigarette pendant la grossesse, elles sont encore plus de 17 % à déclarer fumer quotidiennement au troisième trimestre de grossesse.

Or, fumer durant sa grossesse n'est pas sans risque. Les conséquences peuvent même s'avérer graves pour la mère et l'enfant : fausse couche, faible poids de l'enfant à la naissance, accouchement prématuré...

Il est donc important d'aider les femmes enceintes à saisir l'opportunité de la grossesse pour envisager l'arrêt de leur consommation de tabac.

Mais cela ne s'arrête pas à la grossesse….
A la naissance de l'enfant, il est important de poursuivre l'arrêt du tabac, tant pour les parents et l'entourage que pour le nouveau-né, afin d'éviter de l'exposer au tabagisme passif.

Après l'accouchement : attention à la reprise !
En effet, parmi les femmes ayant arrêté de fumer pendant leur grossesse, plus de la moitié déclarent reprendre à la naissance de leur enfant**.**

Des professionnels pour aider les patientes et leur entourage
Les médecins, les sages-femmes, mais aussi les masseur-kinésithérapeutes, …tous les professionnels qui côtoient les futurs et jeunes parents peuvent les aider et les orienter !

C'est pourquoi cette année encore, l'ARS Grand Est a souhaité mettre l'accent sur « tabac et grossesse ».

Pour inscrire Mois sans Tabac dans cette dynamique, de nombreux professionnels du champ de la périnatalité se mobilisent en Grand Est : maternités, service de PMI, sages-femmes libérales….

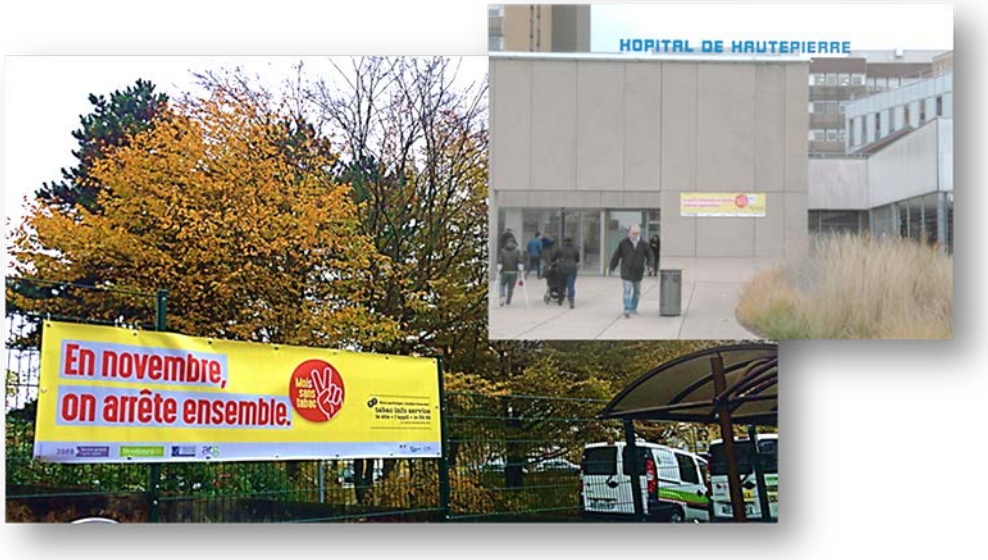
A titre d'exemple, plusieurs PMI se sont mobilisées pour mettre en place des actions lors du MOST mais également tout au long de l'année, comme par exemple la PMI 52 qui travaille avec toutes les crèches de Chaumont pour mettre en place des actions à destination des parents mais aussi des professionnels de la petite enfance qui travaillent dans ces structures.

Des outils spécifiques sont disponibles sur le site web de Tabac info service : https://www.tabac-info-service.fr/J-arrete-de-fumer/Grossesse-sans-tabac

• L'implication des professionnels de santé

L'opération mobilise l'ensemble des professionnels de santé. À travers l'engagement de leurs Ordres professionnels et/ou des URPS médecins, dentistes, pharmaciens, sages-femmes, infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes, sensibilisés en amont grâce à un emailing, prendront une part active à #MoisSansTabac.

Santé publique France met à disposition des professionnels de santé, une plateforme partenaire permettant de commander ou de télécharger l'ensemble des outils de sensibilisation (affiches, flyers…) et de distribuer ou mettre à disposition de leurs patients des « kits participants ».



• Les bénéfices de l'arrêt du tabac

L'arrêt du tabac, s'il est difficile, réserve souvent de bonnes surprises. Quelle que soit la quantité de tabac consommée et même si on a fumé très longtemps, il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

Les premiers bénéfices de l'arrêt du tabac son quasi immédiats.

- **20 minutes après la dernière cigarette,** la pression sanguine et les pulsations du cœur redeviennent normales.
- **8 heures après la dernière cigarette,** la quantité de monoxyde de carbone dans le sang diminue de moitié. L'oxygénation des cellules redevient normale.
- **24 heures après la dernière cigarette,** le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà. Les poumons commencent à éliminer le mucus et les résidus de fumée. Le corps ne contient plus de nicotine.
- **48 heures après la dernière cigarette,** le goût et l'odorat s'améliorent. Les terminaisons nerveuses du goût commencent à repousser.
- **72 heures après la dernière cigarette,** respirer devient plus facile. Les bronches commencent à se relâcher et on se sent plus énergique.
- **2 semaines à 3 mois après la dernière cigarette,** la toux et la fatigue diminuent. On récupère du souffle. On marche plus facilement.
- **1 à 9 mois après la dernière cigarette,** les cellules des cils bronchiques repoussent. On est de moins en moins essoufflé.
- **1 an après la dernière cigarette,** le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié. Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur.
- **5 ans après la dernière cigarette,** le risque de cancer du poumon diminue presque de moitié.
- **10 à 15 ans après la dernière cigarette,** l'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé.

LE TABAC EN FRANCE…
OÙ EN SOMMES-NOUS ?

Une diminution significative du tabagisme quotidien depuis 2014…

Santé publique France publiait en mai 2020, à l'occasion de la journée mondiale sans tabac, son BEH intégrant les nouvelles données de prévalence du tabagisme en France. Ce dernier ne varie pas de façon significative sur l'ensemble de la population entre 2018 et 2019, mais il est en baisse de 4,5 points pour le tabagisme quotidien par rapport à 2014. C'est la première fois qu'une telle diminution est observée depuis le début des années 2000.
Les mesures réglementaires et de prévention formulées dans les plans nationaux contre le tabagisme sont vraisemblablement à l'origine de cette baisse. Le Programme National de Réduction du Tabagisme (PNRT) avait pour objectif de réduire le nombre de fumeurs quotidiens d'au moins 10% entre 2014 et 2019. Cet objectif a largement été atteint puisqu'une baisse de 16% du tabagisme quotidien a été enregistrée pendant cette période.

… mais encourager l'arrêt du tabac reste une priorité !

Malgré des évolutions positives et donc très encourageantes sur le tabagisme en France, sa prévalence reste très élevée. En effet, en 2015, une estimation a indiqué que 75 000 décès survenus en métropole - représentant 13% de la mortalité française - étaient liés au tabac.
Les premières observations faites par Santé publique France montrent que, pour certains Français, le confinement associé à la crise sanitaire de la Covid-19 ont engendré une augmentation de la consommation de tabac[1]. Par conséquent, encourager l'arrêt de la cigarette pour réduire ces décès évitables est une priorité absolue.

1 https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/covid-19-une-enquete-pour-suivre-l-evolution-des-comportements-et-de-la-sante-mentale-pendant-le-confinement

Prévalence (en %) du tabagisme quotidien par région parmi les 18-75 ans, France métropolitaine, 2017

Supérieur aux autres régions* | Pas de différence significative | Inférieur aux autres régions* | Non disponible

Source : Baromètre santé 2017, Santé publique France.
* Différences significatives au seuil de 5% pour la comparaison de chaque région au reste de la France métropolitaine. Les taux sont standardisés sur la structure croisée par âge et sexe au niveau national.

En résumé

- **Le tabac représente la 1ère cause de mortalité prématurée évitable, responsable d'environ 75 000 décès en France.**
- **27 % des français de 18 à 75 ans consomment du tabac tous les jours, cette proportion est en baisse entre 2016 et 2017 avec un million de fumeurs quotidiens en moins.**
- **Chez les 18-24 ans, si on note une baisse du tabagisme quotidien plus d'un jeune homme sur 3 (35.3%) et plus d'une jeune femme sur 4 (28.8%) fument tous les jours.**
- **Chez les femmes de 45 à 54 ans, la part de fumeuses augmente et le tabagisme chez les femmes, tout âge confondu, baisse globalement moins que chez les hommes.**

ET EN GRAND EST ?

La lutte contre la consommation du tabac reste un enjeu majeur de santé publique pour notre région

• La lutte contre le tabagisme, une priorité pour l'ARS Grand Est

Conformément au Programme National de Réduction du Tabagisme (PNRT) 2014-2019 et au Programme National de Lutte contre le Tabac 2018-2022, l'ARS Grand Est a fait de la lutte contre le tabac un objectif prioritaire de son Projet régional de santé (PRS) 2018-2022.

Le programme régional de lutte contre le tabac de lutte contre le tabac (PRLT) est décliné en 3 axes :

1. **protéger les jeunes et éviter l'entrée dans le tabac**
2. **aider les fumeurs à arrêter de fumer**
3. **créer un environnement favorable.**

Le PRS Grand Est affiche l'objectif ambitieux de faire passer la part des fumeurs quotidiens sous la barre des 20% en 2022.

Pour atteindre cet objectif, il est prévu de :

- ➔ Intégrer la prise en compte du tabagisme dans tous les parcours de santé, en sensibilisant aux risques et en proposant une aide à l'arrêt des fumeurs;
- ➔ Développer des programmes d'éducation à la santé renforçant les compétences psychosociales des enfants afin de retarder l'âge de l'initiation;
- ➔ Étendre les lieux publics sans tabac, dont les villes sans tabac en lien avec les élus et les collectivités territoriales;
- ➔ Former les professionnels de santé au repérage précoce et l'accompagnement au sevrage tabagique;
- ➔ Décliner chaque année dans l'ensemble de la région des campagnes de communication telles que le «Mois Sans Tabac».

Les nouveautés 2020 en Grand Est

1. Zoom sur 2 projets phares financés dans le cadre de la politique régionale de lutte contre le tabac en région Grand Est

• Lieu de santé sans tabac (LSST) : une politique active contre le tabac

Devenue priorité nationale en 2018, la stratégie « Lieu de santé sans tabac (LSST) » bénéficie du soutien financier du Fonds de lutte contre le tabac.

L'ARS a soutenu 6 établissements en 2018 pour être précurseurs sur cette politique en Grand Est. À terme, l'objectif est que plus de la moitié des établissements sanitaires de la région soient engagés dans la démarche.

Les niveaux de certification obtenus en répondant à l'audit international proposé par le RESPADD témoignent d'un engagement fort et pérenne de chaque établissement en matière de prévention du tabagisme et de prise en charge des fumeurs. En fonction du score obtenu, les établissements se voient attribuer une certification BRONZE, SILVER ou GOLD.

En 2019, sur les quatre établissements ayant obtenu une certification SILVER au niveau national, trois sont situés en région Grand Est : l'Institut de Cancérologie de Lorraine, l'Hôpital Clinique Claude Bernard de Metz et le Centre Hospitalier de Pfastatt.

➔ **Label "Lieu de santé sans tabac" : 3 établissements de santé du Grand Est certifiés par le RESPADD : https://www.grand-est.ars.sante.fr/label-lieu-de-sante-sans-tabac-3-etablissements-de-sante-du-grand-est-certifies-par-le-respadd**

L'ARS Grand Est est allée plus loin puisqu'elle s'est fixé comme objectif que 100% des maternités et des centres de lutte contre le cancer s'engagent dans cette démarche LSST. C'est pourquoi une stratégie de déploiement est active depuis début 2019 sur le territoire Grand Est.
➔ **Lieu de Santé sans Tabac, un dispositif actif en Grand Est : https://www.grand-est.ars.sante.fr/lieu-de-sante-sans-tabac-un-dispositif-actif-en-grand-est**

Dans le cadre du soutien au déploiement de la stratégie Lieu de santé sans tabac, le RESPADD, en collaboration avec l'ARS Grand Est et le cabinet Mazars, organisera, lorsque les conditions sanitaires le permettront, un **colloque régional "Lieu de santé sans tabac".**

• Villes Pilotes sans tabac : la vie est belle sans tabac !

Financé dans le cadre de l'appel à projet Fonds Tabac de 2018, le projet « Villes pilotes sans tabac » porté par l'association GEST (Grand Est Sans Tabac) consiste à expérimenter l'engagement de villes dans la lutte contre le tabac à travers différentes actions et projets.

L'objectif poursuivi est d'améliorer la santé mais également le cadre de vie des habitants, et débanaliser le tabac pour prévenir l'entrée dans le tabagisme des plus jeunes.

Loin de vouloir stigmatiser les fumeurs et d'imposer des restrictions ou des sanctions, le projet est centré sur le bien-être et l'accompagnement tant des fumeurs que des non-fumeurs.

L'expérimentation a débuté en 2019 et est menée dans trois villes du Grand Est ayant donné leur accord pour s'engager dans **cette démarche novatrice de politiques publiques: Mulhouse (68), Thionville (57), et Joinville (52).**

A ce jour, le porteur GEST arrive à une étape clé du projet : **le lancement officiel du projet Villes Pilotes Sans Tabac avec l'action emblématique « Mairie sans tabac ».**

Dans ce cadre, GEST organise une communication grand public durant la période du Mois sans tabac afin d'être en cohérence avec la politique régionale tabac menée en Grand Est.

Une conférence de presse s'est tenue en simultanée en visio-conférence sur l'ensemble des 3 villes ce mardi 27 octobre 2020 à 11h00.

➔ **En savoir plus : Lancement du projet "Mairies Libres Sans Tabac - Villes Libres Sans Tabac » en Grand Est"**

En plus de ces 2 projets, beaucoup d'autres se développent en Grand Est montrant un dynamisme fort des acteurs dans la lutte contre le tabac :

- ➔ **Espace sans tabac**
- ➔ **Université sans tabac**
- ➔ **Prison sans tabac….**

2. ARS Grand Est : s'engager à devenir une ARS sans tabac

Soucieuse de l'environnement professionnel et du bien-être de ses agents, l'ARS Grand Est s'est engagée depuis le 2 janvier 2020 dans une démarche d'établissement public sans tabac.

Cette dynamique collective s'adresse à tous, fumeurs comme non-fumeurs. **« ARS sans tabac » ne veut pas dire ARS « 0 fumeur », mais signifie que l'ARS souhaite contribuer à la dénormalisation du tabac avec une approche positive et en aucun cas stigmatisante.**

L'objectif est que le lieu de travail ne favorise pas le tabagisme mais au contraire, apporte un soutien à ceux qui souhaiteraient arrêter de fumer. De plus, chaque agent peut bénéficier, pour lui-même ou son entourage, d'explications, d'informations, de conseils en lien avec le tabac.

A cette fin, l'ARS permet à ses agents de bénéficier de consultations auprès de tabacologues et/ou de diététiciens, de participer à des conférences en lien avec le tabac, d'avoir une réflexion sur les espaces fumeurs. Cet engagement est matérialisé par, l'intégration du label « ARS sans tabac » dans les supports de communication.

L'objectif à terme est d'expérimenter une charte administration/entreprise sans tabac que l'ARS Grand Est souhaite promouvoir dans toute la région à compter de fin 2021.

➔ **La démarche "ARS sans Tabac" en Grand Est : https://www.grand-est.ars.sante.fr/la-demarche-ars-sans-tabac-en-grand-est**

• Quelques chiffres clés du Grand Est

En Grand Est, le taux de mortalité par cancer du poumon était en 2017 de 12.2/100 000 personnes-années chez les femmes et 42.4/ 100 000 personnes-années chez les hommes, ce qui est significativement plus élevé que la moyenne nationale de 11.1/100 000 pour les femmes et 38.2/100 000 chez les hommes).

Le taux de mortalité par BPCO en Grand Est était de 36.7/100 000 habitants âgés de 45 ans ou plus, taux qui excède de plus de 20% le taux national (29,0 décès pour 100 000).

Enfin, le taux de mortalité liée aux principales pathologies associées à la consommation de tabac était en Grand Est de 81/100 000 habitants chez les femmes et 237.1/100 000 habitants chez les hommes. Au niveau national ces taux étaient de 200 pour 100000 habitants pour les hommes et 69,3/100 000 pour les femmes.

Si la région Grand Est a vu la prévalence du tabagisme baisser en 2017, la région compte une des proportions de fumeurs quotidiens parmi les plus importantes de France métropolitaine (4ème rang derrière PACA, HDF et Occitanie) : 30.1% des 18-75 ans fument quotidiennement contre 27% au niveau national[1].

Ces constats doivent inciter à poursuivre les actions engagées pour lutter contre le tabac et aider les fumeurs à s'arrêter. C'est d'autant plus important que 55% des fumeurs interrogés déclarent avoir envie d'arrêter de fumer.

[1] *Source BEH – Santé publique France – N° 29/05/2018 Journée mondiale sans tabac*

En région Grand Est, on note une forte consommation de tabac chez les femmes, inférieure à celle des hommes mais qui dépasse la moyenne nationale et est responsable d'une augmentation du nombre de cancers du poumon et d'infarctus du myocarde chez les femmes. Ainsi, entre 2005 et 2010, on a observé chez les femmes une augmentation de 20 % du nombre de cancers du poumon

La proportion de femmes victimes d'un infarctus avant 50 ans est passée de 3,7 % en 1995 à 11,2 % dix ans plus tard et 85 % des femmes qui font un infarctus sont des fumeuses.

En 2017, en région Grand Est, l'expérimentation d'un produit du tabac chez les adolescents de 17 ans est moins fréquente qu'au niveau national (56,6 % contre 59%). De même l'usage quotidien de tabac concerne 23.5% des jeunes de 17 ans, ce qui reste inférieur à la moyenne métropolitaine de 25.6% et correspond à une baisse de 7 points par rapport à 2014.

Toutefois ces chiffres ne doivent pas faire oublier que la région Grand Est reste une des régions où la part des adolescents installés dans une consommation intensive est parmi les plus importantes, avec 6.3% des jeunes de 17 ans qui fument quotidiennement au moins dix cigarettes par jour[2].

Enfin, la tabac est un marqueur social, comme le prouvent les chiffres suivants : en 2017, en Grand Est, les taux de fumeurs étaient plus élevés parmi les personnes ayant un niveau d'étude inférieur au baccalauréat (35.2% de fumeurs quotidiens, contre 21.8% chez les personnes ayant un niveau d'étude supérieur au baccalauréat). De même, la proportion de fumeurs quotidiens était plus élevée chez les personnes ayant un faible niveau de revenu (38,6% de fumeurs parmi le premier tercile de revenus – les plus faibles, contre 21.7% pour le dernier tercile – revenus les plus hauts)[3].

Retrouverez les dernières données régionales sur le site de SpF dans :

- **Le Bulletin de Santé Publique (BSP) Tabac en Grand Est (2019) :**
https://www.santepubliquefrance.fr/regions/grand-est/documents/bulletin-regional/2019/bulletin-de-sante-publique-tabac-dans-le-grand-est.-janvier-2019

- **Le Bulletin de l'ORS (Observatoire régional de santé) "Tabagisme en Grand Est" (2020) :**
https://www.santepubliquefrance.fr/regions/grand-est/documents/bulletin-regional/2019/bulletin-de-sante-publique-tabac-dans-le-grand-est.-janvier-2019

➔ ***EXTRAITS :***

Tabagisme en Grand Est - chiffrs clés
• 1,2 millions de fumeurs quotidiens soit 30,1 % des 18-75 ans
• 74,7 % de fumeurs intensifs (> 10 cigarettes/jour) contre 66,8 % en France métropolitaine
• 23,1 % de fumeurs fortement dépendants contre 18,4 % en France métropolitaine.
• En Grand Est comme ailleurs, les hommes plus fréquemment fumeurs quotidiens (32,9 %) que les femmes (27,5 %)

Tabac et inégalités sociales dans le Grand Est - chiffres clés
• 35,2 % de fumeurs quotidiens parmi les moins diplômés (inférieur au Bac) contre 21,8 % parmi les plus diplômés (supérieur au Bac)
• 38,6 % de fumeurs quotidiens parmi les plus faibles revenus (1er tercile) contre 21,7 % parmi les plus forts revenus (3ème tercile)

Taux de mortalité liée au tabac (méthode classique) Grand Est - chiffres clés parmi les 35 ans et plus
• Près de 7 150 décès annuels par cancer du poumon, bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO) ou cardiopathie ischémique
• Soit 211 décès pour 100 000 habitants de 35 ans ou plus dans la région avec des taux variant :
- par département, de 196 pour 100 000 (Marne) à 238 pour 100 000 (Ardennes)
- par EPCI (communautés de communes ou d'agglomération), de 153 à 300 pour 100 000
- par sexe : femmes 119 pour 100 000 / hommes 343 pour 100 000

À l'échelle des départements de la région, trois sont en surmortalité significative par rapport au Grand Est : la Meuse, la Moselle et les Ardennes tandis que trois autres sont en sous mortalité significative : le Bas-Rhin, l'Aube et la Marne.

[2] Source : enquête Escapad 2017 – OFDT

[3] *Santé publique France - Bulletin de santé publique – Janvier 2019 – Grand Est*

MOIS
SANS
TABAC

ARS
sans
tabac
Sensibiliser • Soutenir • Agir ensemble