

# Prévention du tabagisme en milieu étudiant

- Présentation d'un Service de Santé Universitaire et de son dispositif de lutte contre le tabagisme
- Les connaissances
- Les acquis (*comportements, sanctuarisation, information*)
- Ce qui est en cours (*mois sans tabac, clope out*)
- Ce qui reste à explorer

*Pr Laurent GERBAUD , PU-PH Santé Publique, CHU Clermont-Ferrand, équipe PEPRADE-TGI INSTITUT PASCAL, médecin directeur du SSU de l'Université Clermont-Auvergne, président de l'Association des Directeurs de Services de Santé Universitaire*



Bureau d'aide Psychologique  
Universitaire- BAPU, 1996

Centre de Dépistage Gratuit  
Hépatites et VIH- CDG , 1994

Centre de Santé médical et infirmier, 1998

Centre de visite  
OFII, 2000

Centre de  
vaccination, 2006



Centre de planification familiale, 2012

Internes, stagiaires  
Module action de prévention

Faculté de  
Médecine

CHU

ESF



CRNH  
Auvergne

CROUS

Centre de santé  
BAPU



Centre de Vaccination  
CDG VIH & Hépatites  
Financement prévention



CPAM

Mutuelles

Télétransmission  
CDG, centre optant



Centre de  
planification  
familiale



SUC

SUAPS

SUH

CRRI

Ministère  
de la Santé  
(DGS)

MESR  
(DGESIP)

A.I.D.S.S.U.I.



Premier ministre

Mission  
interministérielle  
de lutte contre  
les drogues et les  
conduites addictives

Pôle  
LARA

Grenoble  
Lyon  
Saint Etienne  
Savoie

# Dispositif de lutte contre le tabac clermontois

- Comité de pilotage
  - Emeline Born, chargée de prévention SSU, diététicienne
  - Pr Georges Brousse, psychiatre addictologie
  - Pr Laurent Gerbaud, Santé publique
  - Manon Gourbeuil, chargée de prévention SSU
  - Dr Jean Perriot, pneumologue tabacologue, CLAT 63
- Partenariats:
  - médecine de prévention UCA (Dr Marie Cécile Ratinaud)
  - Dispositifs nationaux et régionaux: MILDECA, Mois sans tabac,...
- Capacités internes: 3 médecins et 1 IDE formés au sevrage tabagique + liens BAPU
- Outils numériques

# Quelles connaissances sur les comportements étudiants ?

- OFDT: focus sur l'âge et non le statut étudiant
- OVE: questions très générales
- Enquêtes nationales ADSSU-MILDECA-MESR-ANSM
  - ciblées sur les conduites à risque (2013), le mésusage de médicaments (2017-2018)
- Forum santé étudiant (FSE) enquête annuelle locale,
  - Extension via pôle LARA (Lyon Auvergne Rhône Alpes)

# Les acquis (1)

- Baisse globale du tabagisme (52% en 1994 à 25-30% actuellement)

- stable depuis 10 ans
- égalisation ♂♀
- Gradient social ↑

Usages réguliers selon la situation scolaire (en %)

	Élèves	Apprentis	S
Tabac quotidien	22,0	47,3	
Alcool régulier	7,5	18,4	

- Les non fumeurs
  - 56% crainte pour la santé
  - 47% absence de plaisir
  - 36% coût du tabac
  - 26% par indépendance (en ↑)

# Les acquis<sup>(2)</sup>

- 33% d'anciens fumeurs [47% en 1999-2000]
  - ♀ = ♂
  - durée du tabagisme 14,1 mois,
  - consommation moyenne de 3,3 cig/j
- Sanctuarisation des locaux universitaires
  - bataille de longue haleine
  - appui de la santé au travail
  - modèles différents
- Amélioration des connaissances

# ***SANCTUARISATION***

***inégalement rapide et aboutie pour le tabac depuis 14 ans***

## **Ж Bloc santé**

**conquête progressive amphi => salles => hall  
meilleur respect des normes prescriptives**

## **Ж Biologie**

**interdiction d'emblée, mais fumoirs sauvages**

## **Ж Philo – Lettres – Langues**

**Sanctuarisation et résistance par étage lors de la  
rénovation**

***Mais pas pour l'alcool !***



## INFORMATION

**Ж** *amélioration des connaissances: depuis 2010  
67% ♂ & 73% ♀ citent  $\geq 2$  maladies liées au  
tabac [7% en 1995] :*

**# Kc poumon: 90%**

**# maladies cardio vasculaires: 67%**

**# Pb si COP : 73% des ♀**

**Ж** *Mais le mode d'action du tabac reste méconnu  
(notamment dépendance)*

*Enquêtes annuelles FSE 1995 - 2016*



# Mois sans tabac



## Nombres d'outils utilisés au sein du service :

• Flyers « Novembre on arrête ensemble »	• 41
• Affiche « Ici on soutient tous ceux qui ont décidé d'arrêter de fumer. »	• 3
• Affiche « En novembre, on arrête ensemble. »	• 2
• Dépliant « Arrêt du tabac : besoin d'aide ? »	• 50
• Dépliant « J'arrête de fumer, guide pratique »	• 4
• Dépliant « Composition fumée de cigarette »	• 1
• Dépliant « Grossesse sans tabac »	• 23
• Dépliant « Pourquoi arrêter de fumer ? »	• 18
• Badge	• 0
• Coupe-vent	• 0
• Marque page « Clope out »	• 40
• Kits	• 29

Novembre 2016  
5 demandes de sevrage  
(contexte psy)

*En 2017: « préchauffe » en octobre,*

*coaching « sportif » - travailler le souffle (SUAPS),*

*projets Etudiants Relais de Santé*

Novembre 2017  
15 demandes de sevrage  
(5 hors contexte psy)

*L Saez, Place de l'accompagnement par les pairs dans les programmes de prévention, Nancy, 2017*



## ADDICT'PREV

Evaluer ma situation envers les addictions.



# Outils numériques

Autotests avec feedback normatif  
Approche motivationnelle  
Alcool, tabac, cannabis, bien être



## CLOPE OUT

V1 présentation MILDECA, 11 mai 2015 – bêta  
test finalisé en octobre 2017  
Évaluation 4,5/5  
Réseau social non financé

*Pr Laurent Gerbaud – Oonalee Reddani – Emeline Born, Manon Gourbeuil SSU Clermont-Ferrand*



Après avoir créé un compte utilisateur –

→ Choix d'un défi

### « sur mesure »

Bouygues Telecom 16:40

CHALLENGE PERSONNEL CHALLENGE COLLECTIF

JE CHOISIS MON TYPE DE CHALLENGE PERSONNEL

CHALLENGE SUR MESURE CHALLENGE PRÉDÉFINI CHALLENGE DE LA COMMUNAUTÉ

CHALLENGE SUR MESURE

 Ajouter une photo

Titre challenge : \*

Prix :

Date de fin :

Description :

Je partage mon challenge avec la communauté\*\*

VALIDER

\*Champs obligatoires  
\*\* Le challenge sera partagé après modération

### « prédéfini »

Bouygues Telecom 16:33

← AJOUTER UN CHALLENGE

JE CHOISIS MON TYPE DE CHALLENGE

CHALLENGE PERSONNEL CHALLENGE COLLECTIF

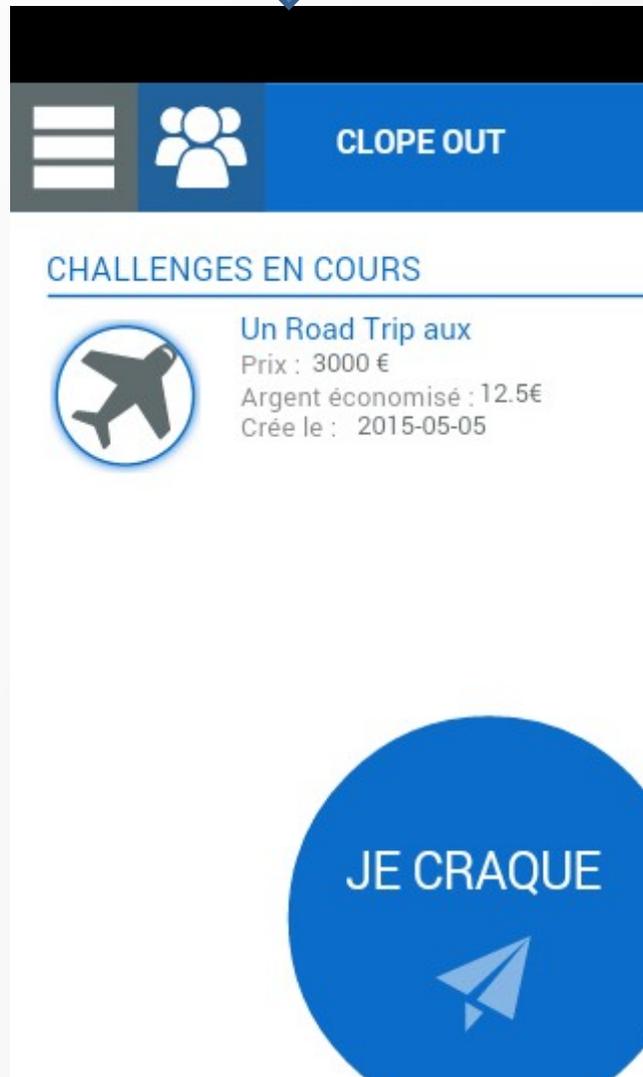
JE CHOISIS MON TYPE DE CHALLENGE PERSONNEL

CHALLENGE SUR MESURE CHALLENGE PRÉDÉFINI CHALLENGE DE LA COMMUNAUTÉ

CHALLENGES PRÉDÉFINIS

-  **CD**  
Prix : 10€  
J'achète un CD
-  **Un vêtement**  
Prix : 30€
-  **Une place de concert**  
Prix : 40€
-  **Un accessoire de sport**  
Prix : 8€

Écran principal



Challenge en cours  
et son avancement

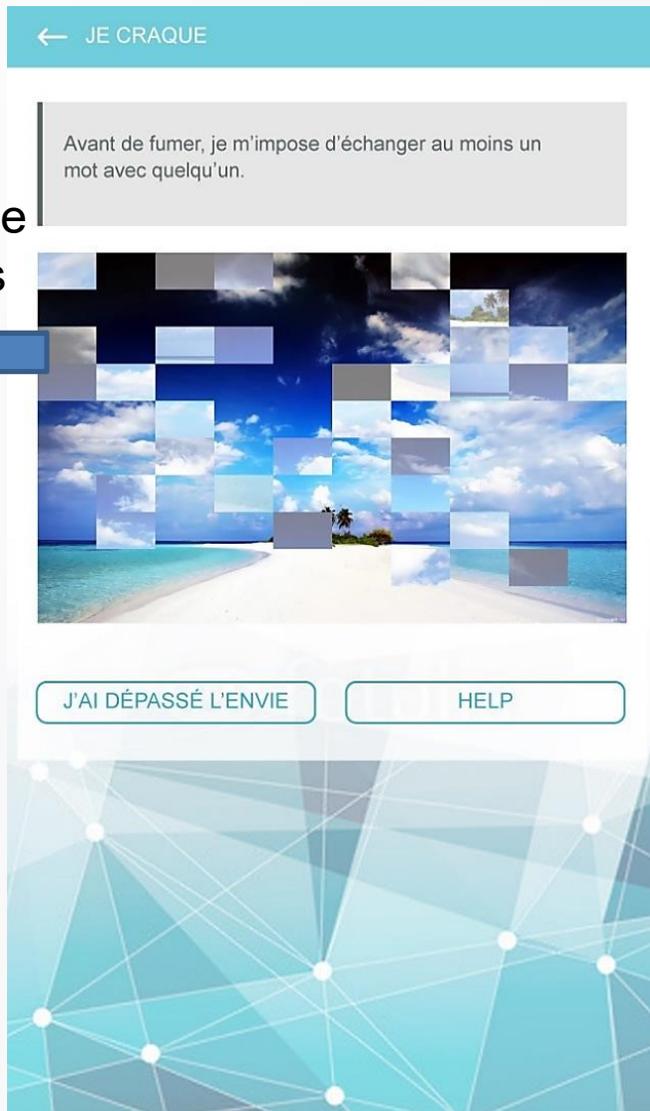


Sélection  
d'une  
situation

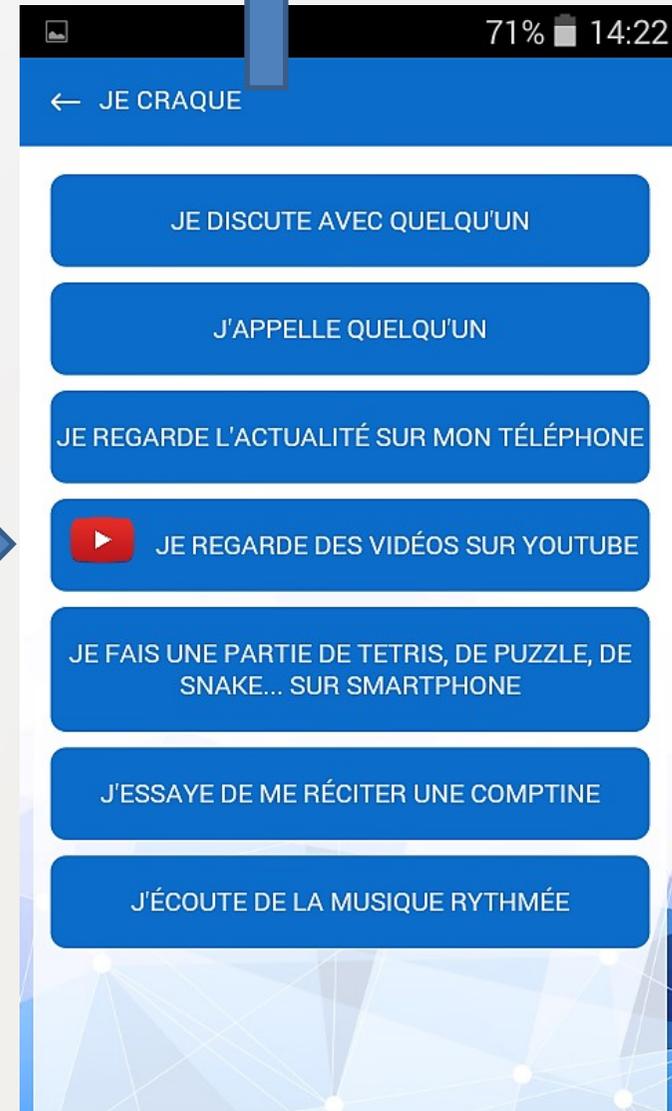
## Message persuasif



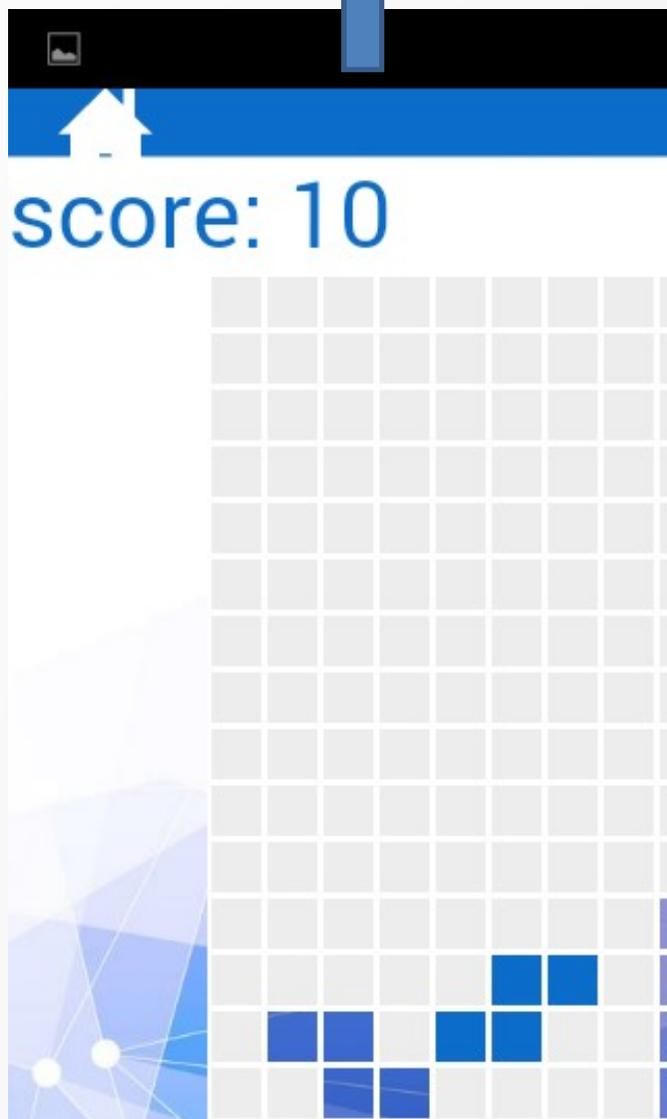
État du  
challenge  
en cours



## Liste de distracteurs



## Jeu - Distracteur



Enregistrement  
date/heure/nombre de  
cigarettes fumées

Création d'un  
distracteur

Création d'un  
message  
persuasif

MENU

Benoit  
Modifier profil

- Mes challenges
- Ma progression
- Mes messages persuasifs
- Mes distracteurs
- Help - j'en veux une
- Informations

67% 14:35

← JE CRÉE MON DISTRACTEUR

JE CHOISIS MA SITUATION

J'attends le bus	En voiture	En pause	En colère
Je m'ennuie	Je suis stressé(e)	Je travaille	On m'en propose une
Je sens l'odeur du tabac	J'ai fini de manger	Des gens fument autour de moi	En apéro
En soirée	Je sors du sport	Autre	

J'entre mon message :

Lien web

VALIDER

68% 14:31

← JE CRÉE MON MESSAGE PERSUASIF

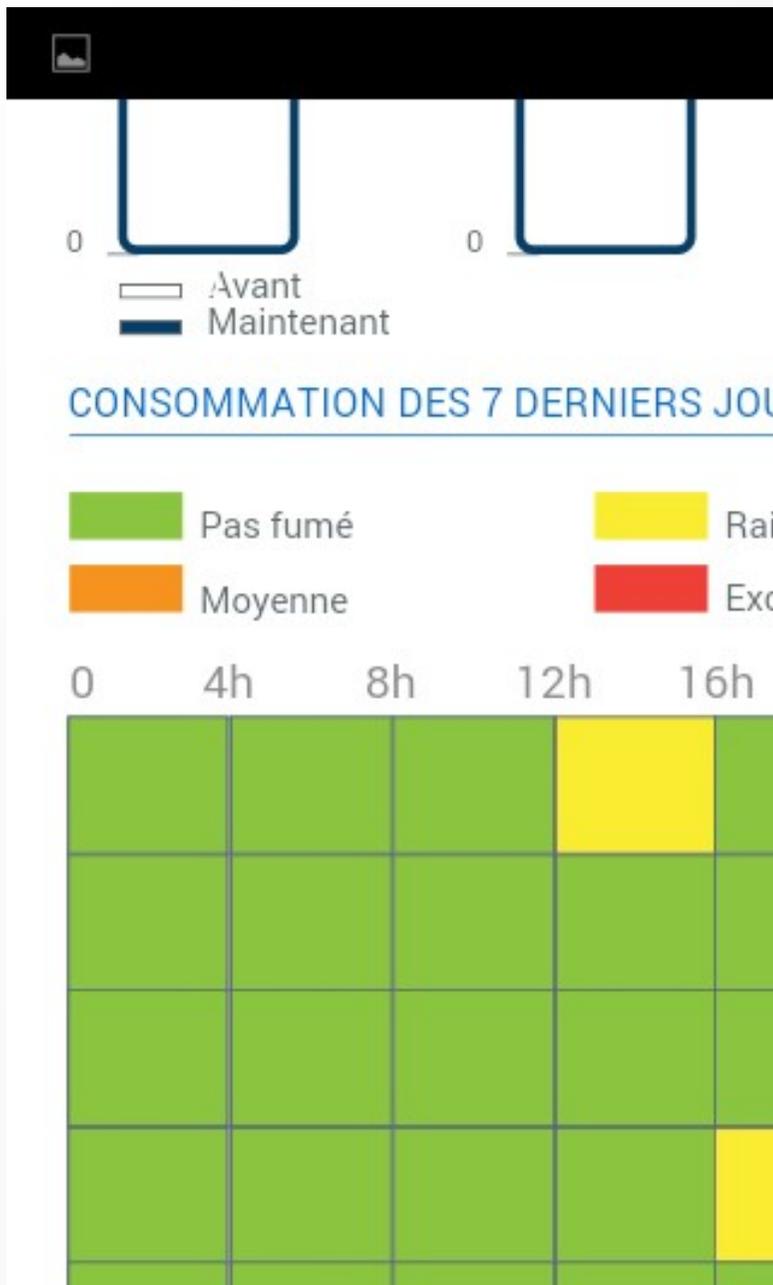
+ CRÉER UN MESSAGE

MES MESSAGES PERSONNELS

MES MESSAGES PRÉEXISTANTS

- Je demande l'heure à mon voisin
- Je discute avec une personne
- Je demande l'heure à mon voisin
- Je discute avec une personne
- Je demande l'heure à mon voisin
- Je discute avec une personne
- Je demande l'heure à mon voisin
- Je discute avec une personne

## Consommation 7 derniers jours

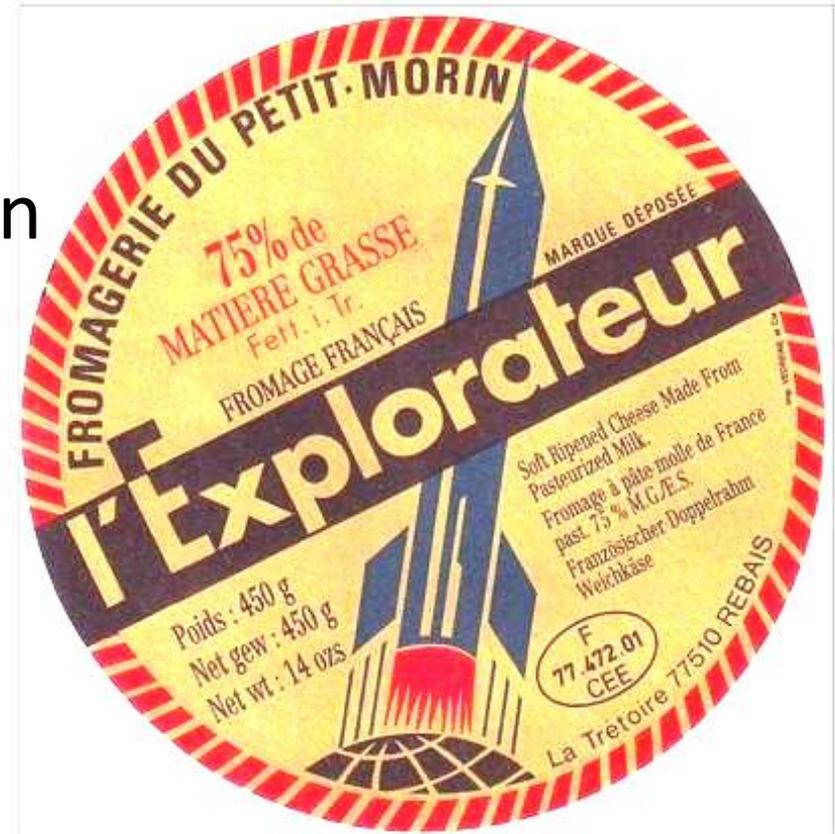


## Bénéfices/dégâts santé

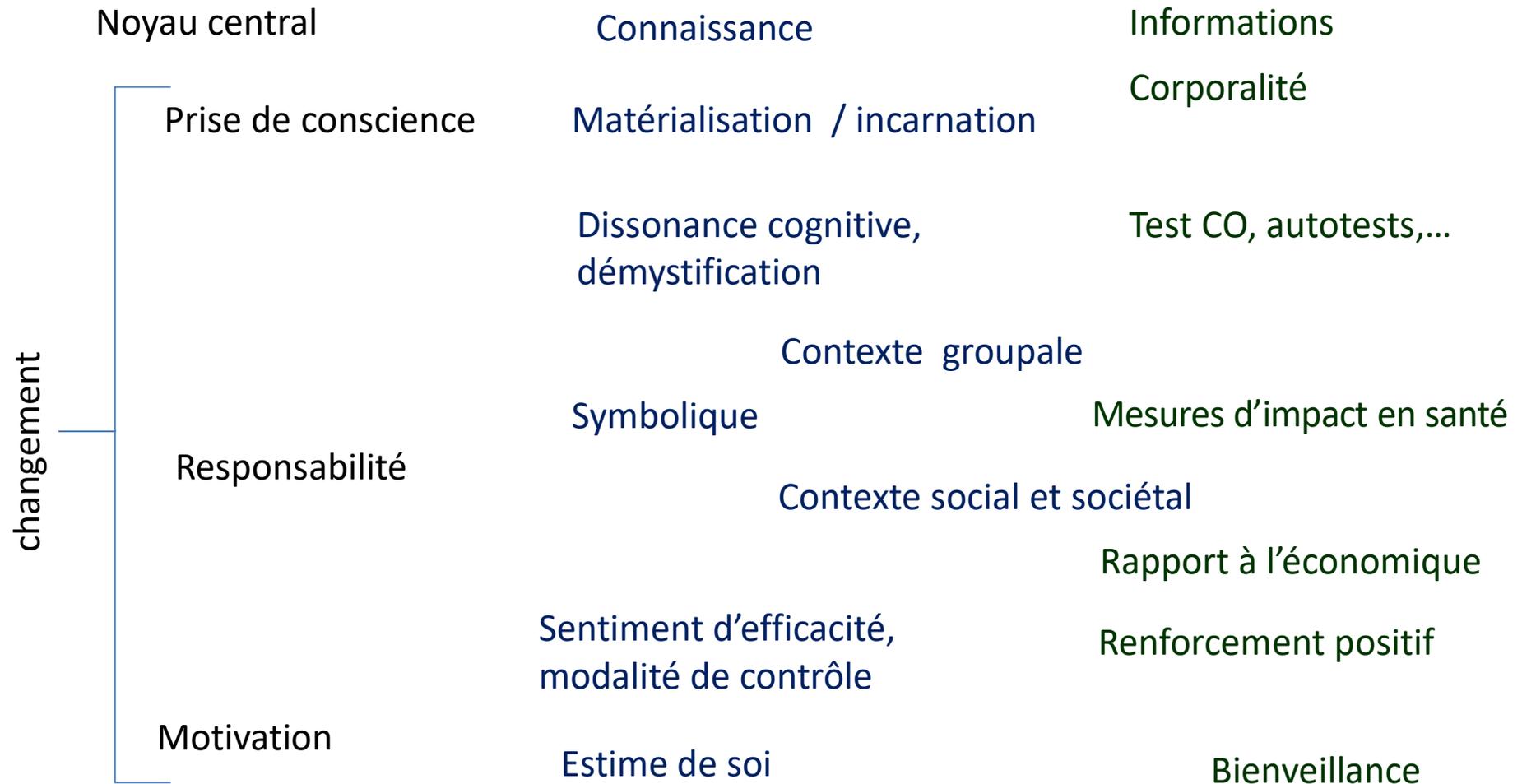


# Ce qui reste à explorer

- Corporalité et matérialité
- La bataille de l'information
- Le rapport de l'humain à son cerveau



Théorie du Changement Planifié - TCP/ modèle trans théorique – Proshaska Di Clemente / Anticipation rationnelle positive,..., un noyau central commun difficile à atteindre



*d'après K Gana, repris dans F Carbonnel, évaluation des interventions numériques visant à un changement de comportement en santé, Montpellier 2017*

# Corporalité et matérialité



- *cf. ETP - Etre & Savoir – l'école de la santé*
- Installer chacun dans son corps
  - Auto exploration du souffle au repos et à l'effort
- Associer des expériences sensibles aux savoirs (lier le ressort émotif au ressort cognitif)
  - 1 paquet/jour pendant 1 an  $\Leftrightarrow$  2 pots de yaourt de goudron – *où trouve-t-on des pots de yaourt de goudron ?*
- Se baser sur les vécus
  - expériences de sevrage

# La bataille de l'information

- Connaitre les flux d'information
  - Le plus important = les réseaux sociaux
  - Créer des alias d'étudiant(e)s, observer, interagir de façon neutre
- Intervenir là où cela se passe
  - La présence comme action sur les symboles
  - Lutte contrefactuelle et contre mesures
    - cf. « *Je suis manipulé.com* », « *grass is not greener* »

# Le rapport de l'humain à son cerveau

- L'être humain:
  - Les plus grandes capacités métacognitives, symboliques et techniques
    - Représentations pariétales ... écriture... internet
    - Processus d'intelligence collective
  - Les plus grandes capacités à autodétruire son organe le plus spécifique et précieux
    - Processus addictifs,
    - Sectes, intégrismes, contre factualité
- ce qui relève de processus
  - contre l'angoisse, la peur de la finitude
  - décisions en rationalité limitée, décalage de temporalité
  - bêtise collective, rapport au pouvoir (groupal), servitude volontaire au groupe
  - de tout le reste...