



Disposition des fumeurs suisses à cesser ou à réduire leur consommation

Résumé du rapport de recherche 2004

Monitoring sur le tabac – Enquête suisse sur le tabagisme

Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP)
Politique de la santé, Fonds de prévention du tabagisme

Avril 2006

Roger Keller
Hans Krebs
Rainer Hornung

A propos de l'enquête

Le présent résumé fournit des indications sur la disposition, en Suisse, des fumeurs ayant déjà fumé plus de 100 cigarettes au cours de leur vie, à cesser ou à réduire leur consommation. L'enquête, détaillée à la fin du rapport, consiste en un sondage téléphonique représentatif auprès de personnes âgées de 14 à 65 ans et domiciliées en Suisse.

Les résultats se basent sur deux échantillonnages de taille différente : de janvier 2001 à juin 2003, 7350 fumeurs ont été interrogés sur leur disposition à cesser de fumer selon le modèle transthéorique du changement (MTT). Parmi ces personnes, 2152 ont, entre juillet 2002 et juin 2003, été soumises à des questions supplémentaires concernant leur disposition à réduire leur consommation de tabac.

Disposition à cesser de fumer selon le modèle transthéorique (MTT)

Vue d'ensemble

- Environ un tiers (32 %) de la population suisse fume. La moitié à peine n'a jamais fumé ou a fumé moins de 100 cigarettes au cours de sa vie, et près de 20 % sont d'anciens fumeurs.
- Environ un quart des fumeurs (26 %) aimeraient cesser de fumer dans les prochains six mois (dont 9% dans les 30 prochains jours), 48% n'envisagent nullement de cesser de fumer et 26% souhaitent arrêter, toutefois pas dans les six prochains mois. (cf. fig. 1.)

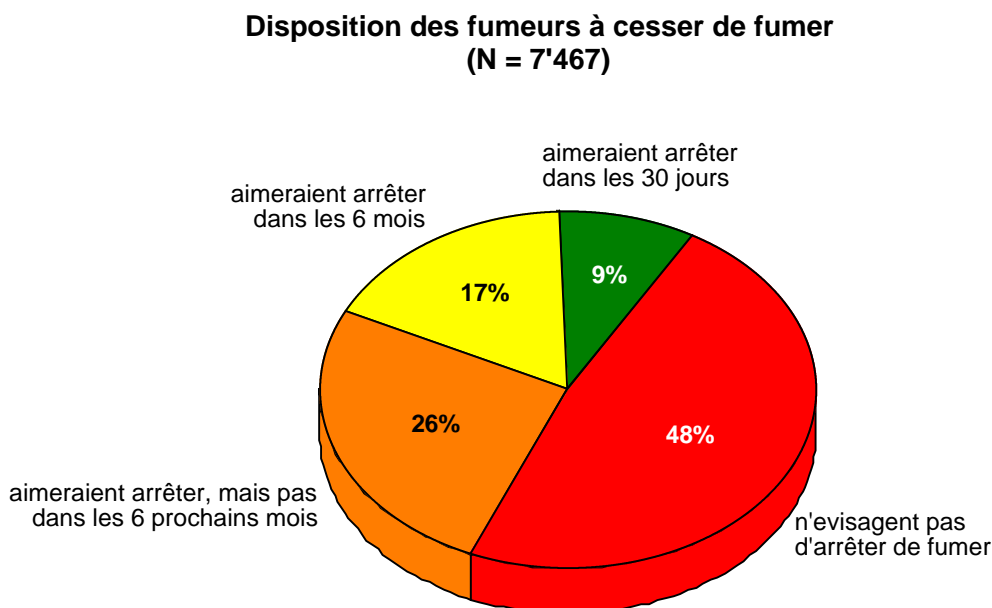


Fig. 1 : Disposition des fumeurs à cesser de fumer

Disposition à cesser de fumer, selon le type de tabagisme

- La corrélation entre la disposition à arrêter et le statut de fumeur apparaît clairement. Les fumeurs quotidiens ont clairement plus fréquemment l'intention d'arrêter de fumer que les fumeurs occasionnels.
- Plus le nombre de cigarettes fumées est élevé, plus la disposition à arrêter est grande. Le moment planifié pour cesser de fumer s'éloigne toutefois à mesure que la consommation augmente.
- Les personnes ayant tenté d'arrêter de fumer au cours des 12 derniers mois sont plus nombreuses à vouloir faire une nouvelle tentative dans un proche avenir que les personnes qui n'ont pas fait d'essai au cours de la dernière année.

Disposition à cesser de fumer, selon des variables sociodémographiques

- Considérée seulement d'après le sexe, la disposition à cesser de fumer ne révèle aucune différence notable. En ce qui concerne le facteur « âge », il s'avère pourtant que les femmes entre 25 et 34 ans se montrent plus fréquemment disposées à arrêter de fumer dans les 30 jours. Ceci pourrait s'expliquer par une grossesse, par la présence d'enfants en bas âge ou encore par le désir d'avoir des enfants.
- La proportion de fumeurs est plus faible chez les personnes ayant suivi une formation supérieure que chez les personnes dont le niveau de formation est moins élevé. Les personnes bénéficiant d'une formation supérieure envisagent cependant plus rarement de cesser de fumer.

Disposition à cesser de fumer, selon l'état de santé

- Les fumeurs qui estiment leur état de santé bon sont plus rarement disposés à cesser de fumer que ceux qui se sentent moins bien.
- Il existe un lien entre l'intention d'arrêter de fumer et la présence de difficultés respiratoires concrètes. La disposition à arrêter de fumer est en effet plus grande lorsque des difficultés respiratoires surviennent.
- Les personnes qui font attention à leur alimentation se montrent plus enclines à vouloir cesser de fumer que celles qui n'accordent pas d'importance à ce qu'elles mangent. Aucune tendance ne se dessine en ce qui concerne la consommation d'alcool et l'activité sportive.

Réduction de la consommation de tabac

Vue d'ensemble

- 26 % des fumeurs aimeraient cesser de fumer dans les prochains six mois. Il a été demandé aux autres fumeurs (74 %) s'ils aimeraient réduire leur consommation.

- Alors que 44 % de ces "autres fumeurs" ont indiqué vouloir réduire leur consommation, 53 % n'ont émis aucune intention dans ce sens et 3 % ne savent pas ou n'ont pas répondu à la question. (cf. fig. 2.) Parmi les fumeurs désirant réduire leur consommation, environ 60 % souhaitent le faire dans les six prochains mois et 32 % parmi eux aimeraient relever le défi dans les 30 prochains jours.

Réduction de la consommation de tabac: l'intention des fumeurs qui ne veulent pas arrêter dans les 6 prochains mois (N = 2'152)

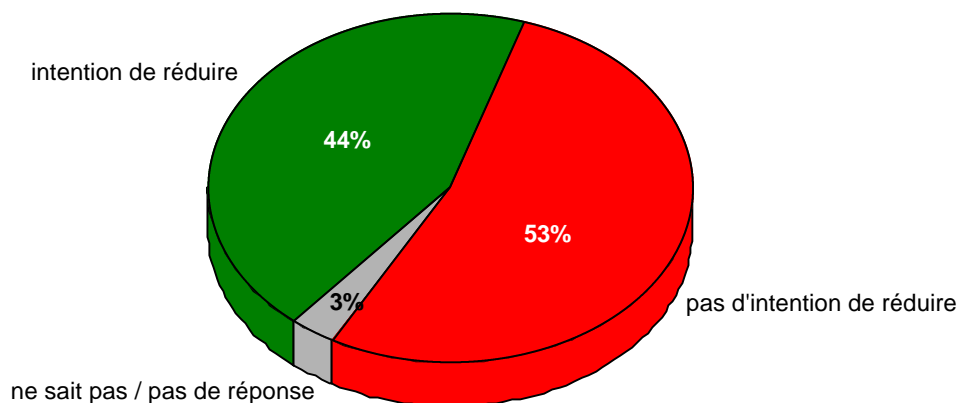


Fig. 2 : L'intention de réduire la consommation de tabac

Intention générale de réduire sa consommation, selon le type de tabagisme

- Le rapport entre la disposition à arrêter de fumer et l'intention générale de réduire sa consommation apparaît clairement : les personnes qui n'envisagent pas de cesser de fumer souhaitent également moins fréquemment réduire leur consommation que les personnes qui disent vouloir cesser de fumer en temps voulu.
- Les fumeurs quotidiens ont - comme en ce qui concerne le désir d'arrêter de fumer - bien plus fréquemment l'intention de réduire leur consommation de tabac que les fumeurs occasionnels.
- Pour une consommation quotidienne allant jusqu'à vingt cigarettes, la tendance montre que la disposition à réduire sa consommation grandit à mesure que le nombre de cigarettes augmente.
- Une tentative infructueuse d'abandon du tabagisme dans les 12 derniers mois constitue souvent un préalable à une intention ultérieure de réduire sa consommation.

Volonté générale de réduire sa consommation, selon des variables sociodémographiques

- Les femmes, bien plus fréquemment que les hommes, souhaitent réduire leur consommation de tabac.
- Les fumeurs entre 14 et 24 ans expriment plus souvent le souhait de réduire leur consommation de tabac que les autres fumeurs. L'âge ne joue toutefois aucun rôle lorsqu'il s'agit de la disposition à réduire la consommation de tabac dans un proche avenir (dans les 30 jours).
- Le souhait de réduction diminue à mesure qu'augmente le niveau d'études.

Volonté générale de réduire sa consommation, selon l'état de santé

- Les fumeurs souffrant de maladies respiratoires souhaitent plus fortement réduire leur consommation que les fumeurs qui n'ont aucun trouble à ce niveau.
- Les fumeurs désirant réduire leur consommation de tabac veillent nettement plus à se nourrir sainement que les fumeurs qui n'éprouvent aucun souhait de réduire.
Pour l'analyse en fonction de l'activité sportive, il s'avère que la volonté de réduire la consommation est moins forte chez les fumeurs qui font régulièrement du sport. Cela tient vraisemblablement au fait que les personnes sportives ont également moins de problèmes de santé.
Aucune déclaration statistiquement certifiée ne peut être faite en ce qui concerne la consommation d'alcool.

Attitudes par rapport à la réduction de la consommation de tabac

Pour les fumeurs et les ex-fumeurs, le fait de réduire la consommation de tabac n'est pas forcément synonyme d'efficacité :

- Près de trois quarts (74 %) des fumeurs et ex-fumeurs sont de l'avis qu'après avoir réduit sa consommation, on ne tarde pas à de nouveau fumer autant qu'auparavant. Cette opinion est notamment partagée par les personnes qui ont fumé quotidiennement par le passé.
- 56 % des fumeurs et ex-fumeurs ne croient pas que le fait d'avoir réduit sa consommation facilite l'abandon du tabagisme. Les fumeurs occasionnels qui n'ont encore jamais fumé quotidiennement sont les plus nombreux à penser que réduire la consommation de tabac facilite un arrêt ultérieur de la cigarette.
- Les fumeurs et ex-fumeurs en Suisse sont bien informés sur la nocivité des cigarettes « légères ». Toutefois, 17 % pensent que le fait de fumer des cigarettes « légères » permet de limiter les risques pour la santé.

Source :

Keller, R., Willi, M., Krebs, H. & Hornung, R. (2004). *Tabakmonitoring – Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum. Aufhör- bzw. Reduktionsbereitschaft der Raucherinnen und Raucher in der Schweiz. Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit, Facheinheit Sucht und Aids*. Zürich: Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie.

Enquête suisse sur le tabagisme (Monitoring sur le tabac)

Le Monitoring sur le tabac a été réalisé sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) par l'Institut de psychologie de l'Université de Zurich, département de psychologie sociale et de la santé (Prof. Rainer Hornung et Roger Keller) et par Hans Krebs, Kommunikation und Publikumsforschung, Zurich. Les données sont collectées par l'institut LINK (recherche marketing et sociale).

Le Monitoring sur le tabac recense, de manière permanente et représentative, la consommation de tabac chez les personnes de 14 à 65 ans domiciliées en Suisse. Depuis janvier 2001, 2 500 personnes sont interrogées chaque trimestre par téléphone; on obtient ainsi un échantillon de 10 000 personnes chaque année.

Le Monitoring sur le tabac est constitué d'un module de base et de plusieurs modules supplémentaires. Le module de base recueille chaque trimestre les données les plus importantes relatives à la consommation de tabac. Les questions du module de base peuvent être complétées par des blocs de questions supplémentaires (p. ex. le module supplémentaire avec des questions portant sur la disposition à réduire la consommation de tabac ou des questions sur le tabagisme passif) pendant un ou plusieurs trimestres.

L'échantillonnage est réalisé à l'aide du procédé de double randomisation et le sondage est effectué au moyen d'interviews téléphoniques entièrement standardisés en français, en allemand et en italien. Afin de disposer de suffisamment de personnes pour l'analyse des jeunes, des jeunes adultes, des femmes enceintes et des mères d'enfants en bas âge, nous procédons à un oversampling (surreprésentation dans l'échantillonnage) des tranches d'âges de 14 à 24 ans pour les hommes et de 14 à 45 ans pour les femmes. On veille également à avoir une surreprésentation de la Suisse romande et de la Suisse italienne pour s'assurer que toutes les régions linguistiques soient suffisamment représentées. Les 2 500 entretiens effectués chaque trimestre se répartissent comme suit: 1 425 entretiens en Suisse alémanique, 700 en Suisse romande et 375 en Suisse italienne.

Les données sont ensuite pondérées afin de corriger les distorsions causées par l'échantillon et d'obtenir une représentation correcte des rapports existant dans la population suisse.