

DIU de Tabacologie et d'aide au sevrage tabagique

SITES INTERNET ET SEVRAGE TABAGIQUE

ENQUÊTE AUPRÈS DES UTILISATEURS DU SITE :

« STOP-TABAC.CH »



SEVRAGE TABAGIQUE ET AIDE PAR INTERNET

**202 sites
mondiaux
analysés**



**5
sites
retenus :**

« Stop-tabac.ch »

- Niveau élevé d'interactivité
- Accessibilité
- Validité scientifique du contenu



SEVRAGE TABAGIQUE ET AIDE PAR INTERNET



À ce jour :

- 70 000 visiteurs par mois
- 226 000 messages enregistrés
- 5 645 membres enregistrés



SEVRAGE TABAGIQUE ET AIDE PAR INTERNET

☞ **Les objectifs de ce site :**

- Informer sur le tabagisme et ses conséquences ;
- Renforcer la motivation ;
- Aider à arrêter de fumer ;
- Prévenir la rechute ;
- Faciliter les échanges entre les fumeurs et les ex-fumeurs ;
- Réaliser des projets de recherche sur le tabagisme.



MÉTHODOLOGIE DE L'ÉTUDE

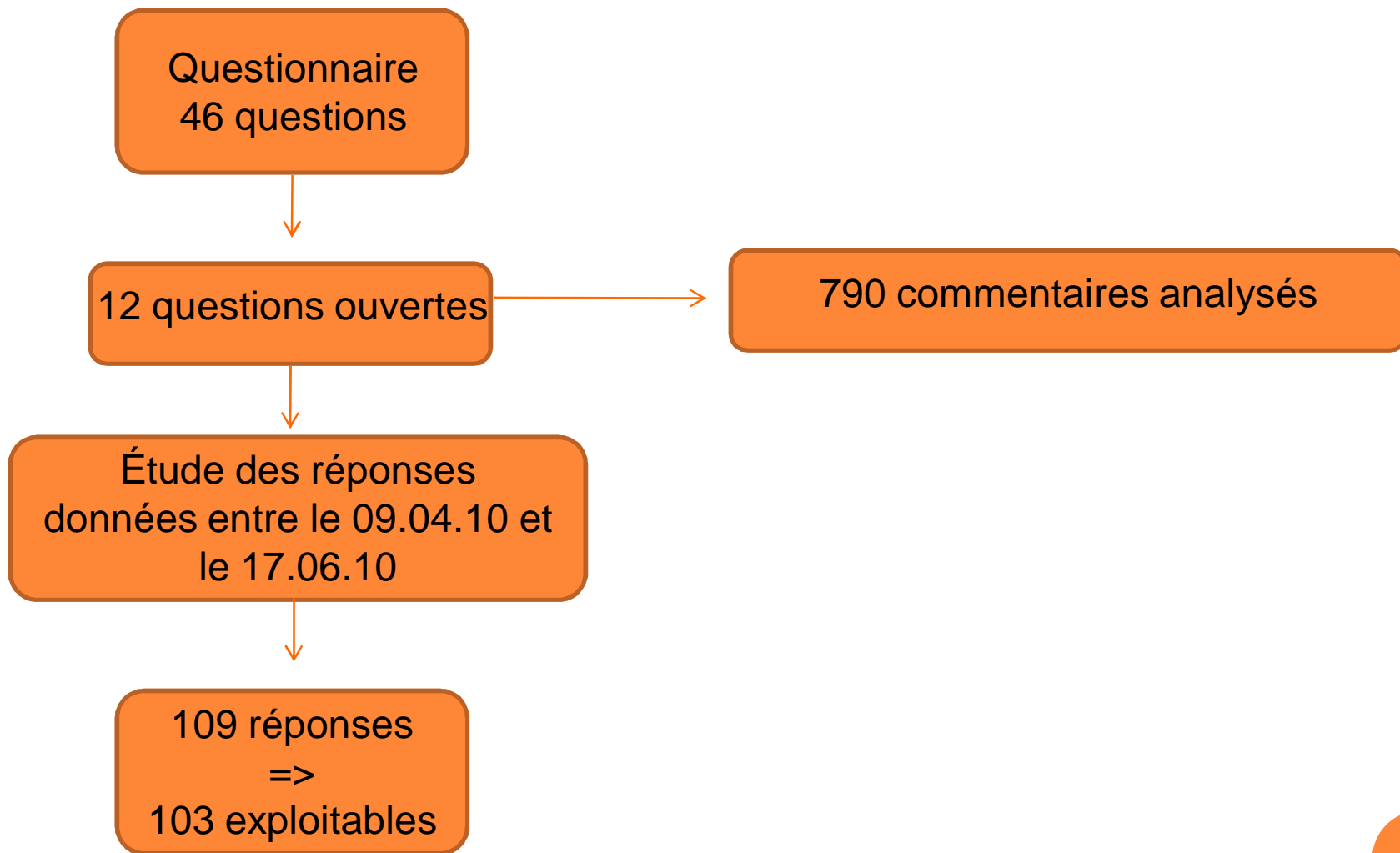
- ⌚ Depuis le 1^{er} mars 2010, discussion avec les internautes sur les forums, chat et messages personnels
- ⌚ Le 9 avril 2010, mise en ligne sur le site d'un questionnaire et recueil des réponses le 17 juin 2010



OBJECTIF DE L'ÉTUDE

- ⌚ L'objectif principal : enquête d'opinions auprès des usagers de « Stop-tabac.ch » afin qu'ils évaluent le site.
- ⌚ L'objectif secondaire : quelles sont les limites de l'aide au sevrage par Internet ?





RÉSULTATS



CARACTÉRISTIQUES DES UTILISATEURS (1)

- ☉ **Âge des internautes :**
 - q De 15 à 80 ans
 - q Âge moyen entre 40 et 60 ans
 - √ de 40 à 50 ans : 18 %
 - √ De 50 à 60 ans : 30 %
 - q Âge prédominant : 53 ans

- ☉ **Sexe :** prédominance féminine à 60 %

- ☉ **Nationalité :**
 - q Française : 51 %
 - q Suisse : 18 %

- ☉ **Niveau social :**
 - q Niveau baccalauréat
 - q Niveau de vie > à la moyenne du pays
 - q Majorité de cadres et employés



CARACTÉRISTIQUES DES UTILISATEURS (2)

⌘ **Statut tabagique :**

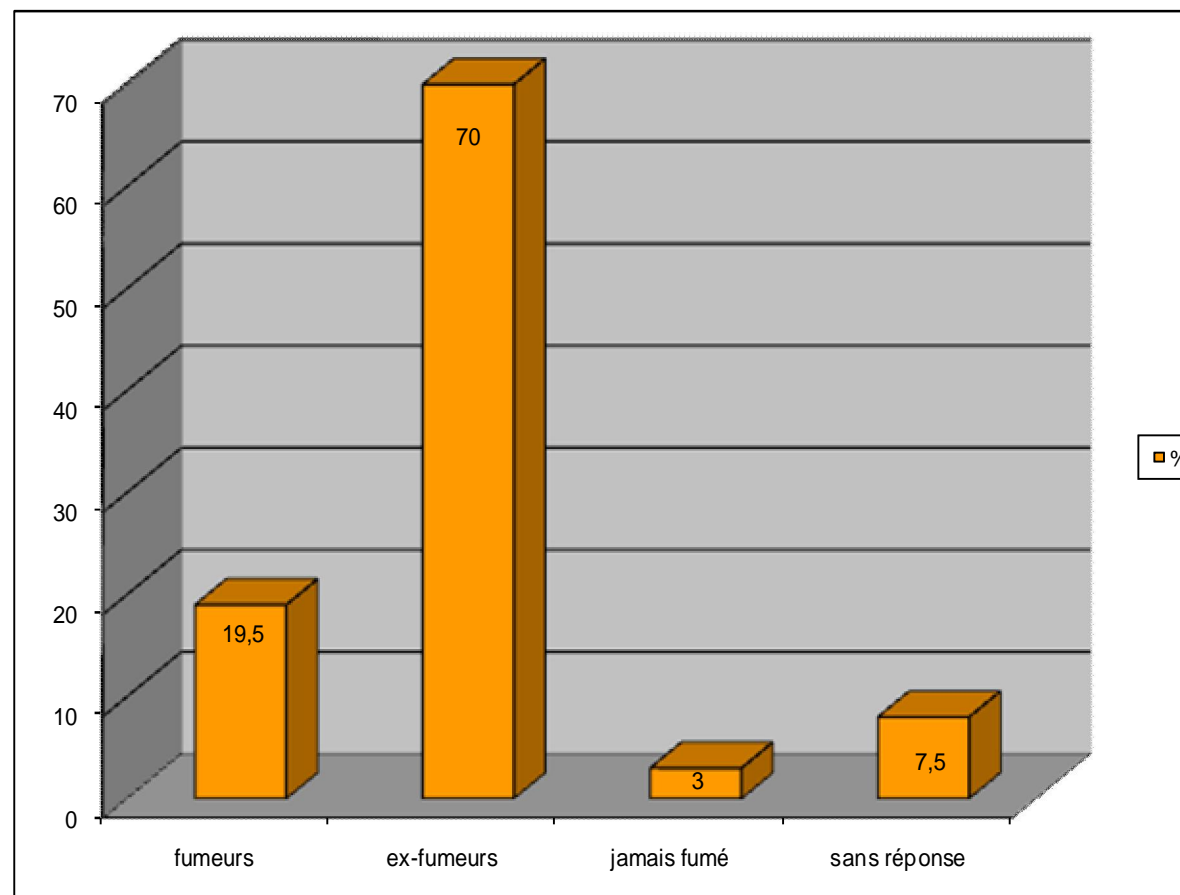
- q 20 % de fumeurs
- q 70 % d'ex fumeurs
- q 3 % n'ayant jamais fumé

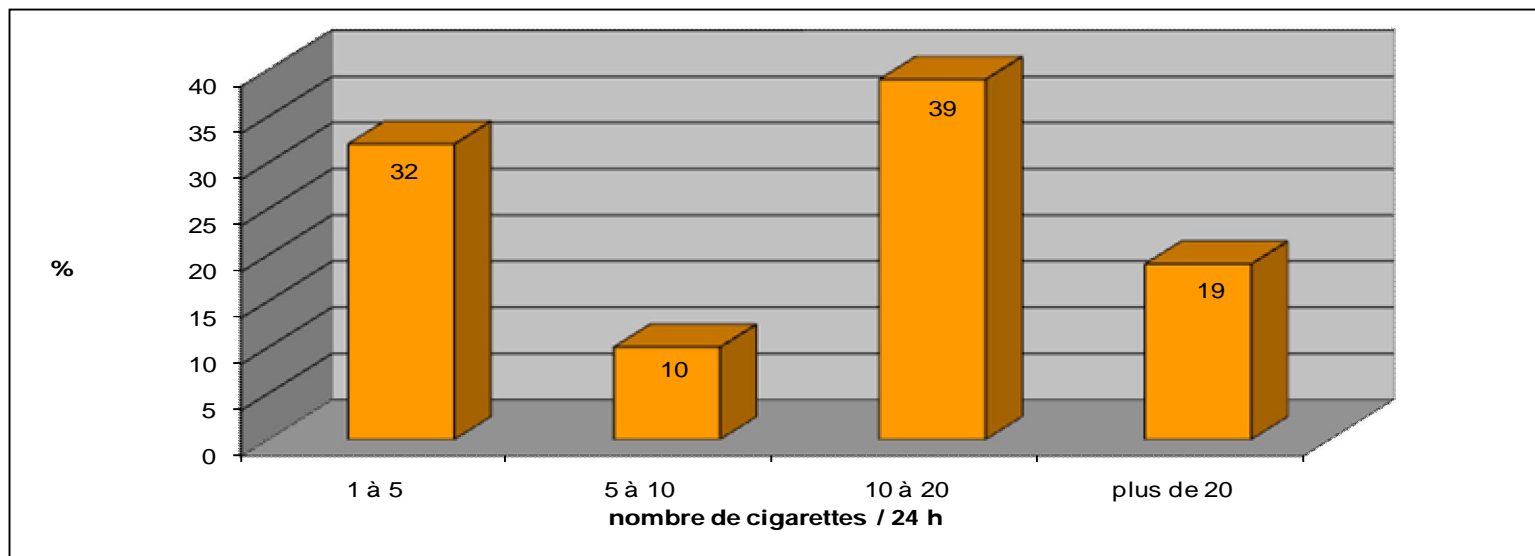
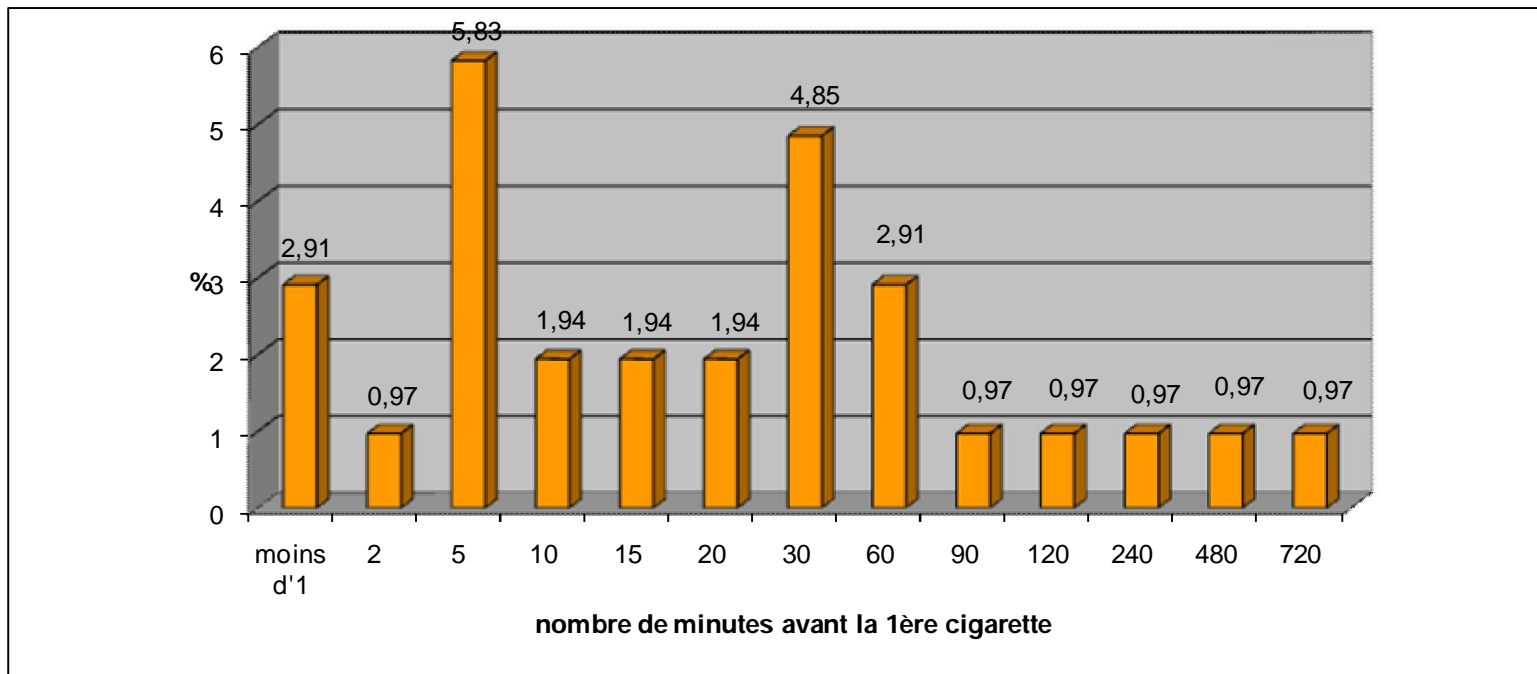
⌘ **Caractéristiques des fumeurs :**

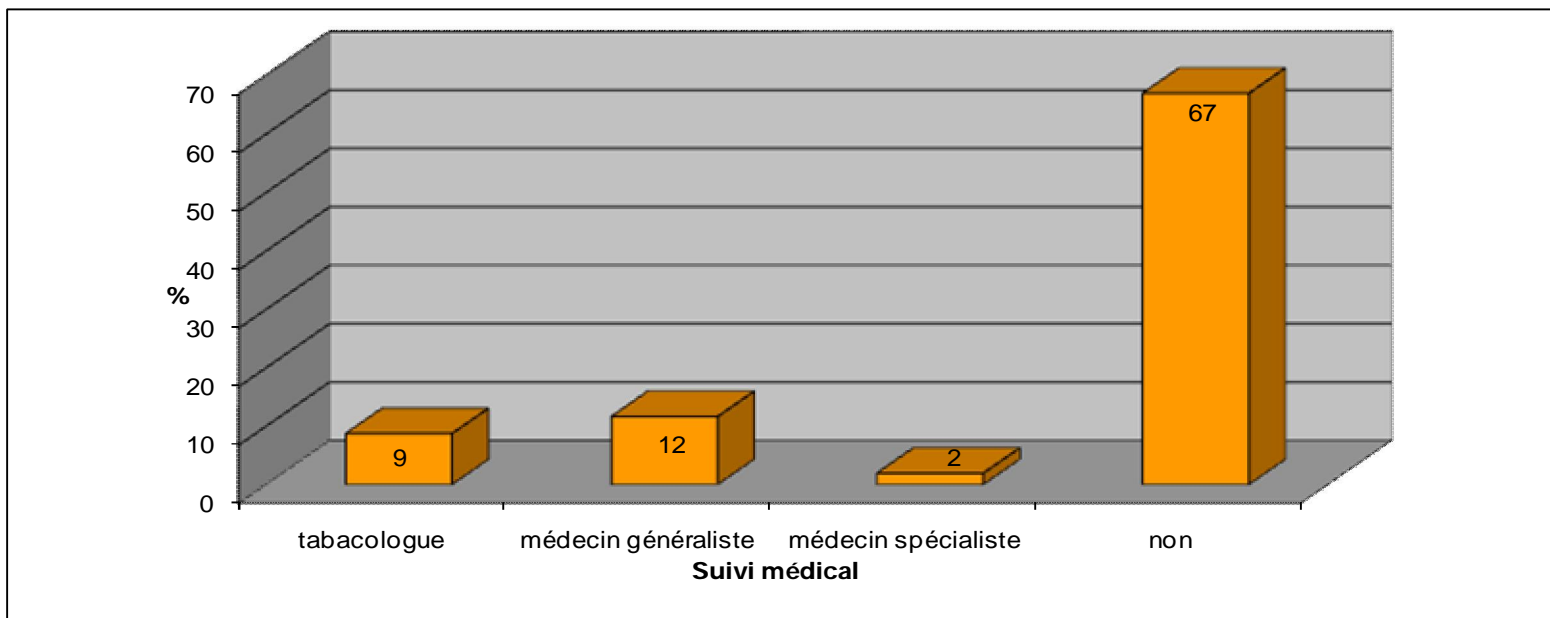
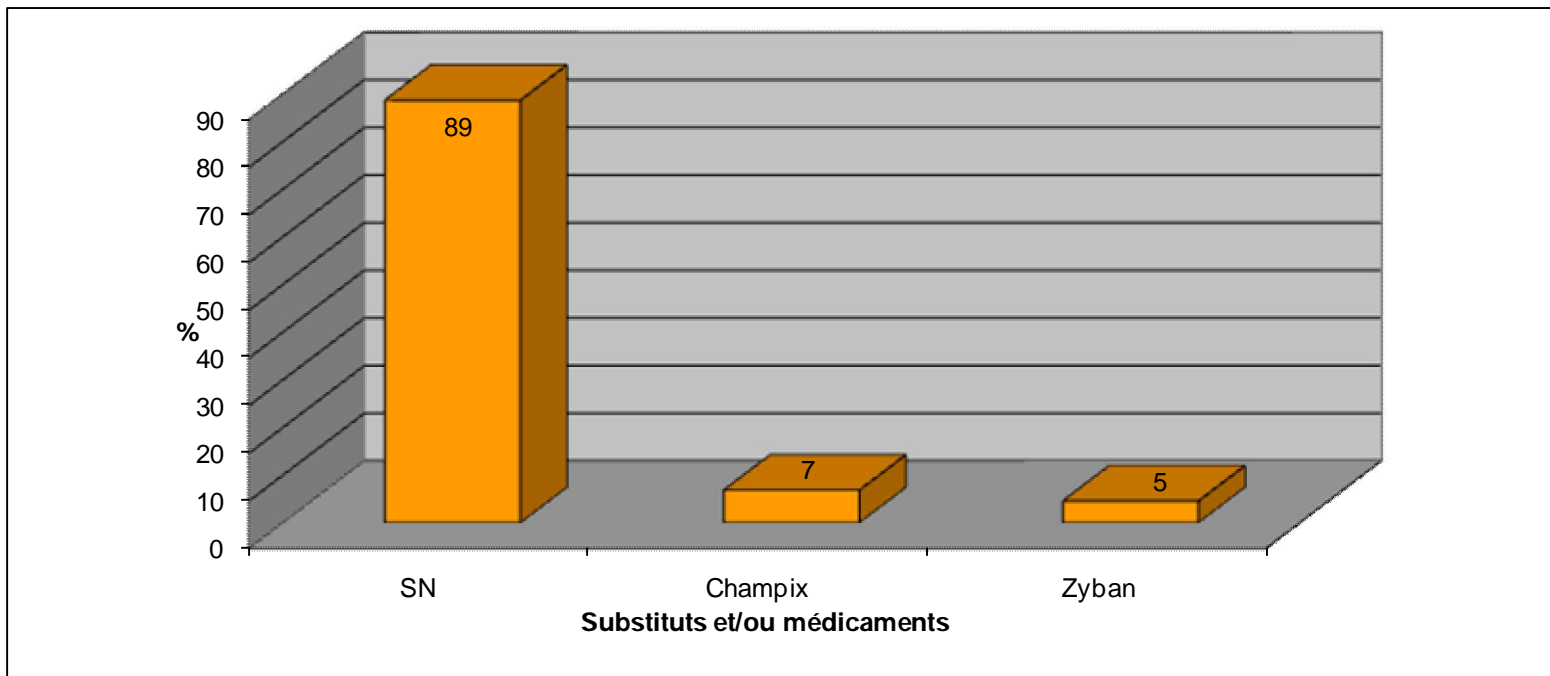
- q Forte dépendance
- q Peu de suivi médical
- q Sous substituts nicotiques



Fumez-vous actuellement ?







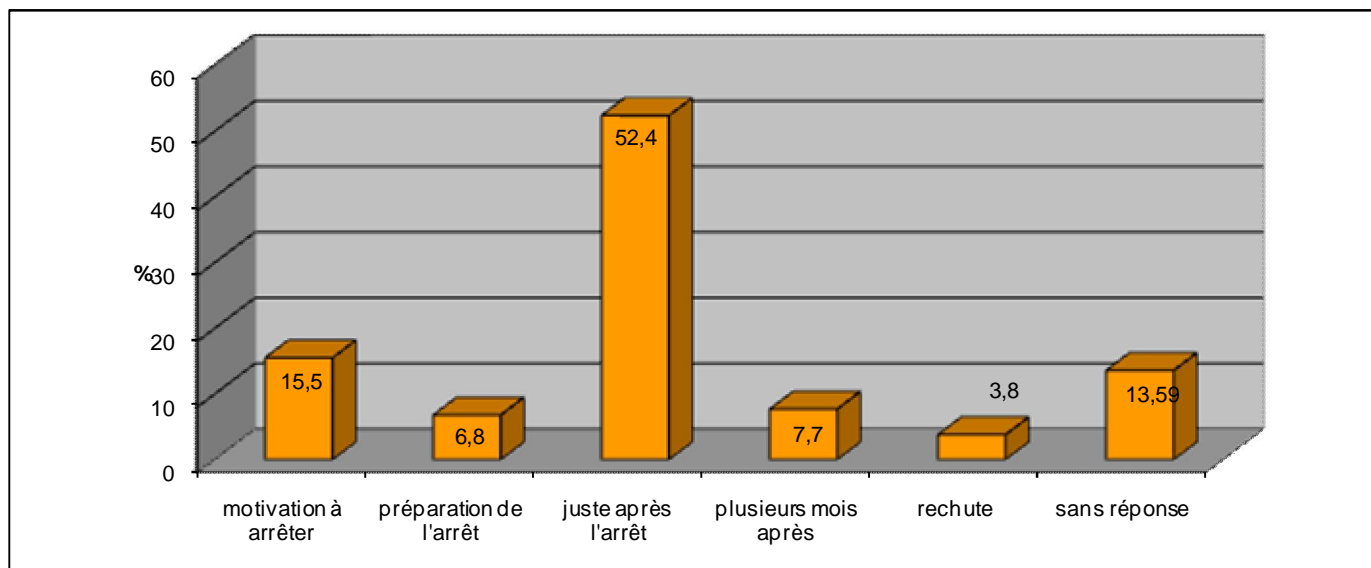
UTILISATION DU SITE (1)

☞ Fréquence :

41 % quotidiennement

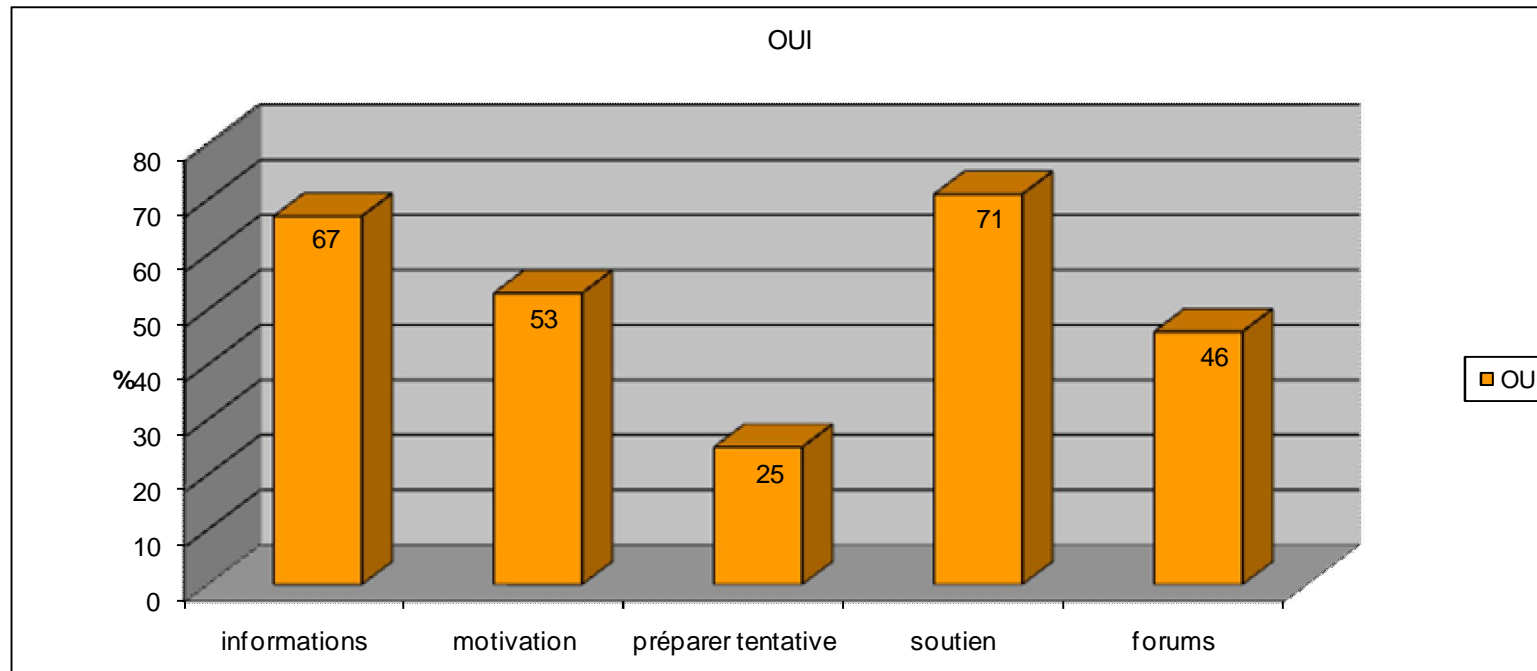
19 % plusieurs fois par semaine

☞ À quel moment le site vous a-t-il le plus aidé?

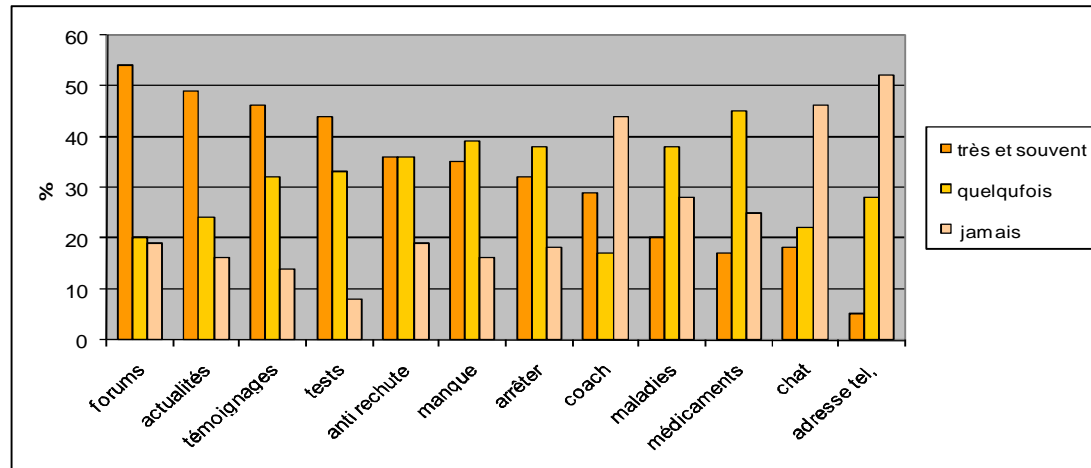


UTILISATION DU SITE (2)

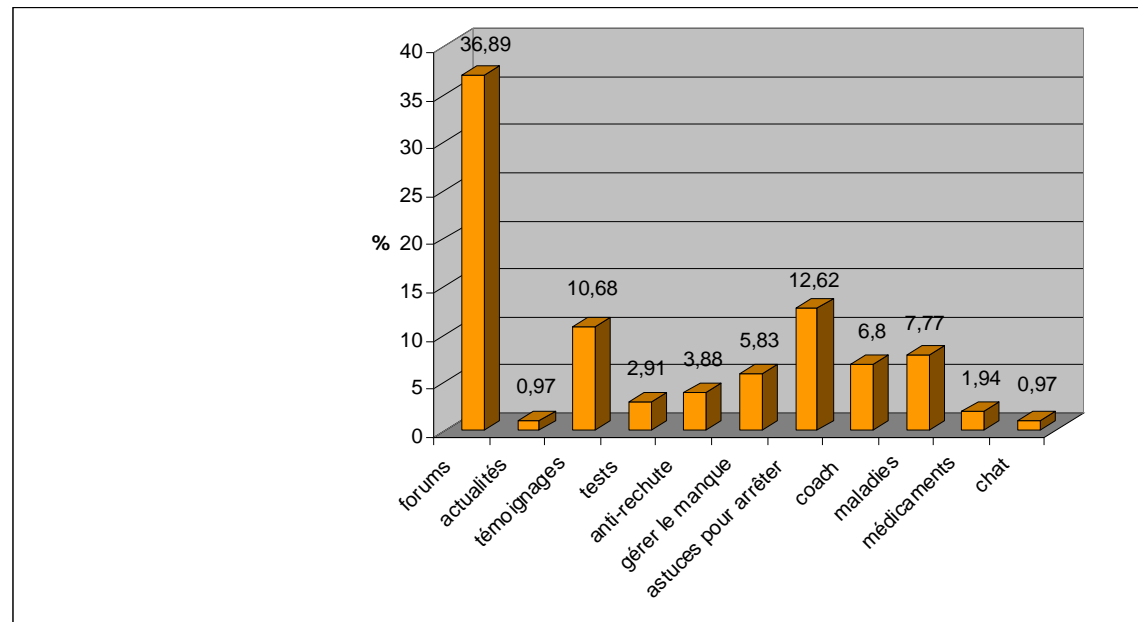
☞ Motifs des visites du site :



○ Sections les plus visitées :



○ Sections ayant le plus aidé :



⌘ **En quoi le site vous a-t-il le plus aidé ?**

- q Soutien
- q Motivation
- q Amitié
- q Notion du groupe

⌘ **Qu'avez-vous retenu ?**

- q Les informations sur le tabac et sevrage
- q Le soutien des internautes
- q L'empathie des internautes



ÉVALUATION DU SITE (1)

⌘ **Avantages et points forts du site :**

- q Le soutien
- q Les forums
- q La notion de groupe
- q Les informations
- q La conception du site

⌘ **Inconvénients et reproches :**

- q Le manque de modérateur
- q L'omniprésence de certains
- q Le manque de spécialiste
- q Le suivi du coach trop court dans le temps
- q Les conflits



ÉVALUATION DU SITE (2)

☞ **Idées proposées par les internautes :**

- q Présence de spécialistes
- q Présence plus forte du modérateur
- q Développement de la section poids



ÉVALUATION DU SITE (3)

☛ **Stop-tabac.ch est jugé :**

- q 51 % autant, voire plus intéressant que les autres sites
- q 91 % sont satisfaits
- q 70 % ont trouvé de l'aide durant leur sevrage
- q 87 % le recommandent
- q 81 % vont continuer à le visiter
- q 70 % lui donnent la note de 8 à 10/10



LIMITES DE L'AIDE APPORTÉE

- ⌄ **Pouvoir accéder à Internet**
- ⌄ **Tabagisme dissonant**
- ⌄ **Relation VIRTUELLE avec les spécialistes**



CONCLUSION (1)

- ⌘ **Stop-tabac.ch : adjuvant au sevrage tabagique**
 - ⌘ Soutien important
 - ⌘ Informations et actualités
 - ⌘ Importance des témoignages
 - ⌘ Surtout pour les personnes sans suivi
- ⌘ **Stop-tabac.ch : jugé très utile par les internautes**
- ⌘ **Malgré la virtualité des échanges : amitié réelle**
- ⌘ **Impact sur fumeurs dont le tabagisme est dissonant**
- ⌘ **Déficit d'utilisation chez les jeunes**



CONCLUSION (2)

☪ **Suite à ce travail, mise en place :**

- q D'un forum psychologue-tabacologue
- q Présence plus importante du modérateur
- q En cours : création d'une rubrique « recettes minceurs »



Après l'addiction au tabac ...

...Attention à l'addiction aux forums

