

# COMPLEXE INDUSTRIEL

# LE PROGRAMME NICOT

# COMPLEXE HOSPITALIER

## PÉRIODE D'OBSERVATION 1997-2004 (8 ANS)

POPULATION : 6 300 EMPLOYÉS • 95% MASCULIN

### HABITUDES TABAGIQUES

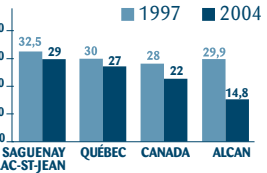
- Consommation quotidienne moyenne : 25 cigarettes/jour
- Consommation quotidienne très élevée (> 30 cigarettes/jour) : 25,7% (dont 15% fument plus de 50 cigarettes/jour)
- Niveau de dépendance à la nicotine (test Fagerstrom) Forte dépendance (7-9) : 51%  
Très forte dépendance (10-11) : 23%

### PERFORMANCE DU PROGRAMME

- Nombre d'inscriptions :  
- Employés(es) : 1 298 - Conjoints(es) : 1 000  
- Enfants : 587
- Taux de participation des employés fumeurs : 68,9%
- Coût de revient par ex-fumeur :  
Coûts cliniques : 970 \$ can. (660 )  
Coûts aides antitabagiques : 440 \$ can. (300 )

### IMPACTS DU PROGRAMME

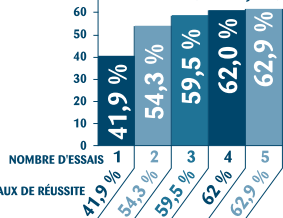
ÉVOLUTION DU TAUX DE TABAGISME



TAUX DE MONOXYDE DE CARBONE

PPM	AVANT		APRÈS (1 semaine)	
	%	%	%	%
0-8	12	96		
9-20	46	4		
21 et +	45	0		

TAUX CUMULATIF DE RÉUSSITE À 1 AN (871 SUJETS)



ÉVOLUTION SELON LE STADE DE CHANGEMENT DE DICLEMTE ET PROCHASKA (930 SUJETS)

STADE	1996		2002	
	%	%	%	%
I	44	22		
II et III	56	78		

## PROGRAMME EN 3 ÉTAPES

### 1 ÉVALUATION DU PROFIL INDIVIDUEL

- Habitudes de vie
- Niveau de dépendance à la nicotine
- Dépistage du monoxyde de carbone
- Antécédents médicaux et médication
- Examen sommaire (TA, rythme cardiaque et poids)

### ÉLABORATION D'UN PLAN D'ACTION PERSONNEL

- Détermination des objectifs personnels
- Prescription de timbres, gommes, médicaments ou thérapies alternatives
- Fixation d'une date de mise en action

### SUIVI INTENSIF DE TROIS MOIS

Rencontres individuelles de 10 à 15 minutes, suivi téléphonique ou Internet avec un professionnel. Les quatre premières rencontres ont lieu à la clinique une fois par semaine. Les quatre autres ont lieu une fois aux deux semaines. Durant cette période, le participant est invité à assister à trois ateliers sur les thèmes suivants :

- Dépendance physique, sevrage et aide pharmacologique
- Dépendance psychologique et rechute
- Dépendance sociale et publicité

### 2

### 3 SUIVI LONG TERME DE 1 AN

Rappel téléphonique et/ou rencontre à la clinique au 6<sup>e</sup> mois et au 12<sup>e</sup> mois

## PÉRIODE D'OBSERVATION 2001-2003 (2 ANS)

POPULATION : 2 300 EMPLOYÉS • 75% FÉMININ

### HABITUDES TABAGIQUES :

- Consommation quotidienne moyenne : 17,0 cigarettes/jour
- Consommation quotidienne très élevée (> 30 cigarettes/jour) : 2,3%

### PERFORMANCE DU PROGRAMME :

- Nombre d'inscriptions : Employés(es) : 99
- Taux de participation des fumeurs : 20,7%
- Coût de revient par ex-fumeur, coûts cliniques : 714 \$ can. (485 )

### IMPACTS DU PROGRAMME :

- Taux de tabagisme :  
Avant : 20,8% • Après : 14,7%
- Consommation quotidienne moyenne :  
Avant : 17,0 cigarettes/jour  
Après : 12,9 cigarettes/jour

NIVEAU DE CONSOMMATION

Nombre de cigarettes/jour	2001 (%)	2003 (%)
1-10	19,3	38,5
11-20	61,1	43,6
21-30	16,8	16,6
+ de 30	2,3	1,3

ÉVOLUTION SELON LE STADE DE CHANGEMENT DE DICLEMTE ET PROCHASKA

STADE	2001		2003	
	%	%	%	%
I	31,5	39,7		
II	39,4	51,5		
III	29,1	8,7		

EXPOSITION QUOTIDIENNE À LA FUMÉE ENVIRONNEMENTALE (FTE)

	AVANT		APRÈS	
	%	%	%	%
Maison	23	13,4		
Travail	40,8	19,6		
Ailleurs	20,3	9,6		

796 répondants  
551 répondants

**GRAP** Au service de votre capital humain...

CLINIQUE DE PSYCHOLOGIE AU TRAVAIL