



Programmes interactifs pour arrêter de fumer

Rubrique : actualités - Date : mardi 15 octobre 2002

Une revue de littérature a fait la synthèse de 14 études (dont l'étude portant sur Stop-tabac.ch) qui ont testé l'effet des programmes interactifs utilisant les ordinateurs pour produire des conseils individualisés pour arrêter de fumer.* Cette revue conclut que ces programmes sont efficaces, même si l'effet est faible (un nouvel ex-fumeur pour 40 participants, moyenne des 14 études). Le programme STOP-TABAC.CH fait un peu mieux que la moyenne, puisqu'il produit un nouvel ex-fumeur tous les 28 participants, 7 mois après l'entrée dans le programme).**

* : Lancaster T, Stead LF. Self-help interventions for smoking cessation (Cochrane Review). Cochrane Database Syst Rev 2002 ;(3):CD001118 ** : Etter JF, et al. Archives of Internal Medicine 2001 ;161:2596-601.