



## Sevrage

Rubrique : actualités - Date : mercredi 21 décembre 2005

---

### Sevrage en entreprise

**L'AFP dresse le bilan d'une opération de sevrage volontaire du tabac à l'usine PSA de Sochaux.** D'après l'agence, 24% des 295 salariés ayant accepté l'aide au sevrage ont totalement arrêté de fumer au bout d'un an, 26% ont réduit leur consommation de plus de moitié et 50% ont rechuté. Notant que 24% d'arrêt est un taux qui dépasse de 6,6 points la moyenne de l'abstinence que procurent les patchs et de 0,9 point le taux d'abstinence dû au Zyban, au bout de 12 mois, l'agence souligne qu'à PSA il est proposé aux fumeurs un suivi intensif pendant trois mois avec tests de motivation et de dépendance, possibilité de se rendre à l'infirmerie à tout moment et jusqu'à 5 consultations du médecin du travail, afin de suivre notamment les effets induits de l'arrêt comme la prise de poids, la nervosité ou la perte de sommeil. Signalant qu'en 2005, 79 autres salariés ont engagé la démarche qui vise au final 500 personnes sur les 5000 fumeurs du site, l'agence indique que PSA Sochaux a reçu des demandes de renseignements d'autres entreprises.

### Sevrage - médicament

TOP SANTE fait état d'un « nouveau traitement pour arrêter de fumer ». D'après le mensuel Champix, qui pourrait être disponible en 2007, a un principe actif proche de la nicotine et cible les récepteurs nicotiques responsables de la dépendance. Précisant qu'il réduit les symptômes du sevrage, le plaisir de fumer et donc les risques de rechute, le journal juge « encourageants » les premiers résultats obtenus puisqu'il serait deux fois plus efficace que le Zyban et aurait selon le laboratoire peu d'effets secondaires sans entraîner d'accoutumance.

### Sevrage - méthodes - bienfaits

« Arrêter de fumer à chacun sa méthode » titre SANTE MAGAZINE qui propose l'acupuncture « pour soutenir la volonté », l'homéopathie « pour préparer le terrain », l'hypnose « pour les dépendances fortes » et la phytothérapie « pour les troubles du sevrage ». Dans le même magazine une présentation des cures antitabac dans les stations thermales spécialisées dans les voies respiratoires, lesquelles proposent aux fumeurs des cures de sevrage de six jours. Parmi celles-ci : les Thermes de Luchon (Haute Garonne), les Thermes d'Allevard - les - Bains (Isère), les Thermes d'Aix - les - Bains - Marlioz (Savoie).

FEMME ACTUELLE pour qui « Sans tabac c'est tellement cool », assure « dès l'arrêt vous respirez », « en quinze jour le goût et l'odorat reviennent », « en 3 à 4 semaines la peau retrouve son éclat », « en 1 à 2 mois votre appétit est stabilisé », « en 3 à 6 mois vous avez votre poids de forme ».