



Les tentatives d'arrêt du tabac se multiplient

Rubrique : actualités - Date : mardi 31 janvier 2006

D'après LA CROIX, « Les tentatives d'arrêt du tabac se multiplient » en effet « durant la première semaine de janvier les appels à Tabac info service ont été multipliés par 4,5 par rapport à décembre ». Le Pr Bertrand Dautzenberg, pneumologue affirme « l'effet « bonnes résolutions » est réel. En septembre et surtout en janvier les ventes de substituts grimpent en flèche. En septembre on reçoit les fumeurs qui ont passé l'été à se dire qu'ils arrêtaient à la rentrée, et en janvier, c'est l'échéance du Nouvel An qui joue ». Viet Nguyen-Thanh, chargé de mission à l'Institut national de prévention et d'éducation à la santé (Inpes), explique que pendant la première semaine de janvier « la ligne a reçu environ 400 appels par jour (...) et qu'aujourd'hui les appels restent 2,5 fois plus nombreux qu'en décembre », avec cette précision que l'effet a certainement été amplifié par la diffusion en décembre-janvier, d'une campagne radio de l'Inpes mettant en scène des tabacologues de Tabac info service. Le journal qui se demande quelle est la meilleure manière de s'arrêter, rapporte que les tabacologues français conseillent plutôt un arrêt programmé à l'avance ; ainsi le Pr Lagrue assure que « les chances de succès sont plus importantes lorsque l'arrêt du tabac survient après une période de maturation durant laquelle la motivation a pu se construire progressivement ». Selon lui « cette approche est plus efficace que celle du type qui arrête du jour au lendemain parce qu'il a vu une émission sur le cancer à la télé ». Soulignant que ce constat est toutefois nuancé par une récente étude britannique qui vient de paraître au British Medical Journal et qui montre que ceux qui ont arrêté brutalement la cigarette ont près de 2,6 fois plus de chances d'être abstinents au bout de six mois que ceux qui ont planifié cette tentative (voir revue de presse du 27 janvier), le quotidien rapporte que pour le Pr Dautzenberg « cette étude ne permet pas de tirer des conclusions définitives sur la meilleure méthode pour arrêter ». Il reconnaît toutefois « A l'évidence l'arrêt brutal, cela peut marcher car en définitive le plus important est la motivation initiale du fumeur ».