



HAL
open science

Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine

Grégory Aline

► To cite this version:

Grégory Aline. Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine. Médecine humaine et pathologie. 2021. dumas-03279686

HAL Id: dumas-03279686

<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03279686>

Submitted on 6 Jul 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Thèse pour l'obtention du
DIPLOME D'ETAT de DOCTEUR EN MEDECINE

Présentée et soutenue le 2 Juin 2021

Par Grégory Yann ALINE, né le 23 Août 1986 à FORT-DE-FRANCE

Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine



Directrice de thèse

Madame le Docteur Géraldine VANDERSNICKT

Jury

Monsieur le Professeur Marc AURIACOMBE

Président du jury

Monsieur le Docteur David CHEVILLOT

Juge

Monsieur le Docteur Yves MONTARIOL

Rapporteur

Madame le Docteur Shérazade KINOUBI

Juge

Madame le Docteur Géraldine VANDERSNICKT

Directrice

Monsieur le Docteur Jacques DUBERNET

Juge



Thèse pour l'obtention du
DIPLOME D'ETAT de DOCTEUR EN MEDECINE

Présentée et soutenue le 2 Juin 2021

Par Grégory Yann ALINE, né le 23 Août 1986 à FORT-DE-FRANCE

Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine



Directrice de thèse

Madame le Docteur Géraldine VANDERSNICKT

Jury

Monsieur le Professeur Marc AURIACOMBE	Président du jury
Monsieur le Docteur David CHEVILLOT	Juge
Monsieur le Docteur Yves MONTARIOL	Rapporteur
Madame le Docteur Shérazade KINOUBI	Juge
Madame le Docteur Géraldine VANDERSNICKT	Directrice
Monsieur le Docteur Jacques DUBERNET	Juge

REMERCIEMENTS

« A Dieu qui a le pouvoir de faire infiniment plus que tout ce que nous demandons ou même imaginons, par la puissance qui agit en nous ; à lui soit la gloire dans l'Église et par Jésus-Christ, dans tous les temps et pour toujours ! Amen »

La Bible, épître aux Ephésiens 3 : 20-21

Je te remercie mon Dieu tout d'abord, Toi qui as produit en moi « le vouloir et le faire » et m'a donné la force par Ta Grâce de tenir bon et de persévérer durant toutes ces longues années d'études médicales. Je désespérais d'y voir enfin le bout pourtant je suis là. Tu es mon commencement et ma fin, je ne serais rien sans Toi. Toute ma reconnaissance et mon amour Te sont dirigés encore aujourd'hui et pour toute la vie qu'il me reste.

Aux membres du jury :

Au Pr Marc AURIACOMBE, président du jury ; vous qui m'enseignez l'addictologie et m'avez permis de découvrir une discipline très holistique et proche de l'humain qui révolutionne ma pratique au quotidien, merci de juger mon travail.

Au Dr David CHEVILLOT, juge ; vous qui avez toujours été bienveillant envers moi depuis que je vous connais, qui m'avez confié vos patients lors de nombreux remplacements et qui savez toujours répondre à toutes mes questions, vous avez une grande âme ; merci de juger mon travail.

Au Dr Sherazade KINOUBI, juge ; auparavant tu as été un soutien et une aide et un modèle de persévérance pour moi. Même si nous nous sommes perdus de vue avec le temps, je suis heureux de te retrouver comme celle qui me fait l'honneur de juger mon travail. C'est pour moi une grande joie.

Au Dr Yves MONTARIOL, rapporteur ; je suis passé par toutes sortes de montagnes russes émotionnelles avant d'obtenir finalement votre dernier rapport favorable, ne sachant pas comment me conformer à vos exigences, mais votre rigueur sur la méthodologie m'a permis de me surpasser pour augmenter la qualité de ce travail qui est maintenant digne d'être soutenu, et cela c'est grâce à vous. Merci donc de juger mon travail.

Au Dr Géraldine VANDERSNIJKT qui m'a permis de travailler sur ce projet de thèse gratifiant en me faisant confiance, ce fut totalement inespéré pour moi, et vous m'avez accompagné jusqu'à la dernière minute par vos conseils ; merci d'être ma directrice de thèse.

A Darlin, mon frère, cette thèse n'aurait jamais vu le jour sans toi, tu t'y es impliqué alors que tu préparais aussi ta thèse, que tu as d'ailleurs soutenue avec brio ; tu es un biostatisticien de génie.

A mes co-thésards Vincent et Amaury, avec qui j'ai pris plaisir à travailler, on a été complémentaire les gars et formé une vraie Dream Team ! Ce fut une joie pour moi de vous connaître.

A Nadège, ma femme, pour ton amour et ton perpétuel soutien ; je n'y serais pas arrivé sans toi ; merci de me supporter chaque jour ; je t'aime.

A mes adorables petits anges : David-Alexandre, Amaury, et Joachim qui apportez de la lumière et de la joie dans ma vie ; je vous aime mes bébés.

A ma mère, merci pour tous tes sacrifices tout au long de ces années ; ils n'auront pas été vains. Je sais que la vie n'a pas été facile pour toi tous les jours mais l'avenir, grâce à Dieu, sera meilleur. Je t'aime.

A mon père, c'est grâce à toi que je suis devenu l'homme que je suis aujourd'hui ; merci, je t'aime.

A toi mamie, qui a toujours su me montrer le bon chemin et qui est là encore à mes côtés ; que Dieu m'accorde la grâce de te rendre tout ce que tu as semé dans ma vie.

A ma famille tout entière : parents, mes frères surtout toi Giovanni, ma sœur Sabrina, mes cousins, cousines, oncles et tantes, neveux et nièces : j'y suis enfin arrivé et c'est aussi grâce à vous. Je vous aime.

A mes parents spirituels, Sosthène et Nina MABOUADI, mes pasteurs, vous êtes pour moi des modèles d'intégrité et de persévérance, de constance et d'humilité. Je prie Dieu d'être davantage comme vous ; je vous aime.

A mes pères, Augustin BARCLAY et Éric JEANNE-ROSE, Marc PULVAR, vous m'avez appris à marcher et à grandir ; vous m'avez appris à connaître la vérité ; je ne vous oublierai jamais.

A mes amis proches et éloignés, qui êtes des frères et des sœurs pour moi, Franck mon partenaire de toujours, Igor, Christine, Toussaint, Carmen, Mikael, Johana, Cédric, Johan, Laetitia, Hermann, Vanessa, Yves, Otniel, Lynda, Jean-Yves et Ludivine, Luc, fanny et Samuel, Arselain et Sandrine.... je ne saurais tous vous citer, merci de m'avoir accompagné durant toutes ces années.

TABLE DES MATIERES

ABREVIATIONS ET ACRONYMES	11
INTRODUCTION	12
I- Données Générales	12
II- Justification du Challenge	14
A) Le Moi(s) sans tabac	14
1. Présentation	14
2. Ressorts psychologiques du « Moi(s) sans tabac »	15
3. Evaluations	16
3-1. Première évaluation par Santé Publique France.....	16
3-2. Deuxième évaluation par le Baromètre Santé	17
4. L'Edition 2019	17
B) Particularités du tabagisme chez les adolescents	18
1. Généralités et pistes d'action	18
2. L'étude ESCAPAD 2017	19
3. L'étude EnCLASS	20
4. L'étude ARAMIS.....	21
5. Programmes de préventions français des conduites addictives de l'adolescent.....	22
4-1. UNPLUGGED	23
4-2. Avenir sans Tabac (AST).....	23
4-3. TABADO	24
4-4. ASSIST (A Stop Smoking in Schools Trial)	25
4-5. P2P (Agir par les pairs)	25
4-6. Points communs de ces interventions	26
III- Le Challenge Inter-lycées (CIL)	26
A) Le CIL 2017.....	26
1. Présentation et résultats	26
2. Conclusion, limites et perspectives	28
B) Le CIL 2018	29
1. Présentation et résultats	29
2. Conclusion, Limites et Perspectives	30
C) Le CIL 2019	31
1. Présentation Générale.....	31
2. La Conférence Motivationnelle	33

3. Le bilan à 6 mois	33
4. Remise des Prix et Financement	33
IV- Travaux de thèse autour du CIL 2019	34
A) Etude quantitative : bilan de la consommation tabagique à 1 mois en Grand-Est.....	34
B) Etude quantitative : bilan de la consommation tabagique à 1 mois en Nouvelle-Aquitaine	34
C) Etude quantitative sur la corrélation de la motivation des lycéens avec l'impact du CIL.....	34
V- Présentation de l'étude	34
MATERIEL ET METHODE	36
I- Schéma de l'étude	36
II- Recrutement de la population	36
A) Critères d'inclusion	36
B) Critères d'exclusion	36
C) Consentement	36
D) Aspect éthique : CPP et CNIL	37
III- La Conférence motivationnelle	37
IV- Recueil de Données	38
A) Le questionnaire à J0	38
B) L'inclusion des fumeurs	39
C) Le questionnaire à J30	39
V- Les réseaux sociaux	40
VI- Méthodes d'évaluation de l'étude	41
VII- Analyse des données	41
A) Notions d'information statistique et typologie des variables	41
B) Méthodes de calcul utilisées	42
C) Présentation des résultats	43
ANALYSES ET RESULTATS.....	45
I- Constitution de l'échantillon	45
II- Evolution de la motivation au changement des fumeurs et corrélation avec l'impact du CIL. .	46
A) Evolution de la motivation au changement des fumeurs	46
1. Nouvelle Aquitaine	46
2. Grand Est	47
B) Impact du CIL : évolution de la consommation tabagique.....	48
1. Nouvelle Aquitaine	48
2. Grand-Est.....	49
C) Analyse de la corrélation entre la motivation des fumeurs et l'impact du CIL	50
1. Nouvelle Aquitaine	50

2. Grand Est	52
III- Etude de l'engagement des lycéens sur les réseaux sociaux et de son influence sur les résultats du CIL	53
A) Etat des lieux des différents comptes INSTAGRAM® à l'issu du CIL.....	53
B) Influence de l'engagement des lycéens sur les résultats du CIL	54
IV- Evaluation de la satisfaction des lycéens concernant le CIL 2019	55
A) L'autoévaluation de l'apprentissage et l'appréciation avant et immédiatement après la conférence à J0.....	55
1. Nouvelle Aquitaine	56
2. Grand Est	56
B) L'appréciation du challenge à l'issue du dispositif complet à J30.....	57
1. Nouvelle Aquitaine	57
2. Grand Est	62
DISCUSSION	68
I- Résultats de cette étude	68
A) Rôle de la conférence à J0 sur la motivation au changement des fumeurs.....	68
1. Les résultats de l'étude	68
2. Comparaison avec la littérature	69
B) Rôle du challenge sur la motivation au changement des fumeurs à J30	70
1. Les résultats de l'étude	70
2. Comparaison avec la littérature	71
C) Rôle du binôme conférence/challenge sur la motivation au changement des fumeurs et corrélation avec l'impact du CIL	74
D) Satisfaction des lycéens.....	75
E) Conclusion	76
II- Limites de cette étude	76
A) Les freins à la motivation des fumeurs.....	76
B) Le décalage entre les lycées sur les réseaux sociaux	77
C) Les perdus de vue.....	77
D) Le niveau de preuve	77
III- Points forts généraux de l'édition CIL 2019	78
A) Prévention du tabagisme des jeunes	78
B) Un modèle innovant.....	78
C) Une population augmentée dans un déploiement bi-régional.....	79
D) Une implication inédite des pairs.....	80
E) L'utilisation des réseaux sociaux	80
F) Augmentation des compétences psycho-sociales des lycéens	80

1. Rappels théoriques des compétences psycho-sociales.....	81
2. Les compétences psycho-sociales développées dans le CIL 2019.....	82
G) Un accompagnement médical per et post challenge.....	83
IV- Points faibles généraux de l'édition CIL 2019.	83
A) Des difficultés d'organisation	84
B) Un recueil de données déclaratives	84
C) Des difficultés à clairement quantifier le tabagisme non quotidien	84
V- Perspectives	85
A) Propositions des lycéens	85
B) Impact social global	85
CONCLUSION	87
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES	88
ANNEXES.....	97
Annexe 1 : attestation du CPP.....	97
Annexe 2 : questionnaire à J0 recto	98
Annexe 3 : questionnaire à J0 verso.....	99
Annexe 4 : questionnaire à J30	100
Annexe 5 : les défis relevés par les élèves	101
Annexe 6 : quelques réalisations des lycéens sur les réseaux sociaux	109
Annexe 7 : Mini conférences organisées par certaines classes auprès de leurs pairs.....	113
Annexe 8 : les gagnants du CIL 2019	117
SERMENT D'HIPPOCRATE	118
RESUME	119

ABREVIATIONS ET ACRONYMES

ARAMIS : Attitudes, Représentations, Aspirations et Motivations lors de l'Initiation aux Substances psychoactives

ARS : agence régionale de santé

AST : avenir sans tabac

CIL : challenge inter-lycées

CNIL : commission nationale informatique et libertés

CO : monoxyde de carbone

CPP : comité de protection des personnes

ESCAPAD : Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation A la Défense

GE : Grand-Est

HAS : haute autorité en santé

NA : Nouvelle-Aquitaine

OMS : organisation mondiale de la santé

PRIME : Planification, Réponses, Impulsions, Motivations et Evaluations

SMART : Spécifique, Mesurable, Atteignable, Réaliste et sensible au Temps

TA : tentative d'arrêt

TE : taux d'engagement

INTRODUCTION

Dans cette section les parties I à IV sont communes aux 3 travaux de thèse du CIL 2019.

Depuis quelques années, plusieurs campagnes de prévention et d'information liées au tabagisme ont vu le jour en France. Ces campagnes, qui reposent sur un support scientifique validé sont évaluées en termes d'efficacité et visent des populations fumeuses différentes.

La prévalence et le nombre de décès important lié au tabagisme nous a amené à nous interroger sur les dynamiques intervenant dans l'initiation et la poursuite du tabagisme, notamment au sein des jeunes populations.

Ainsi, en 2017, est créé par l'association PREV'ENBUS une nouvelle campagne de prévention et d'action contre le tabagisme appelée "Challenge Inter-Lycées" (CIL). Les premiers résultats se sont révélés encourageants et l'édition 2017 s'est répétée lors des deux années suivantes.

Cette campagne, qui repose sur la réalisation d'une conférence motivationnelle et d'un suivi sur un mois pour les élèves de Première de différents lycées de la région s'est développée lors de cette dernière édition 2019 dans 15 lycées de Nouvelle-Aquitaine et 10 lycées du Grand-Est.

Ce Challenge Inter-Lycées 2019 en Nouvelle-Aquitaine et Grand-Est avec l'étude de l'engagement des lycéens, de leur satisfaction et la corrélation entre cet engagement et l'impact du CIL font l'objet de cette thèse.

I- Données Générales

Les chiffres de l'OMS en 2019 font état d'1,1 milliards de fumeurs dans le monde **(1)**. Parmi ces fumeurs, plus de 8 millions meurent chaque année. Pour ce calcul, l'OMS prend en compte les décès des fumeurs actifs et anciens, mais également les décès imputés au tabagisme passif (1,2 millions de décès contre 7 millions parmi les fumeurs ou anciens fumeurs).

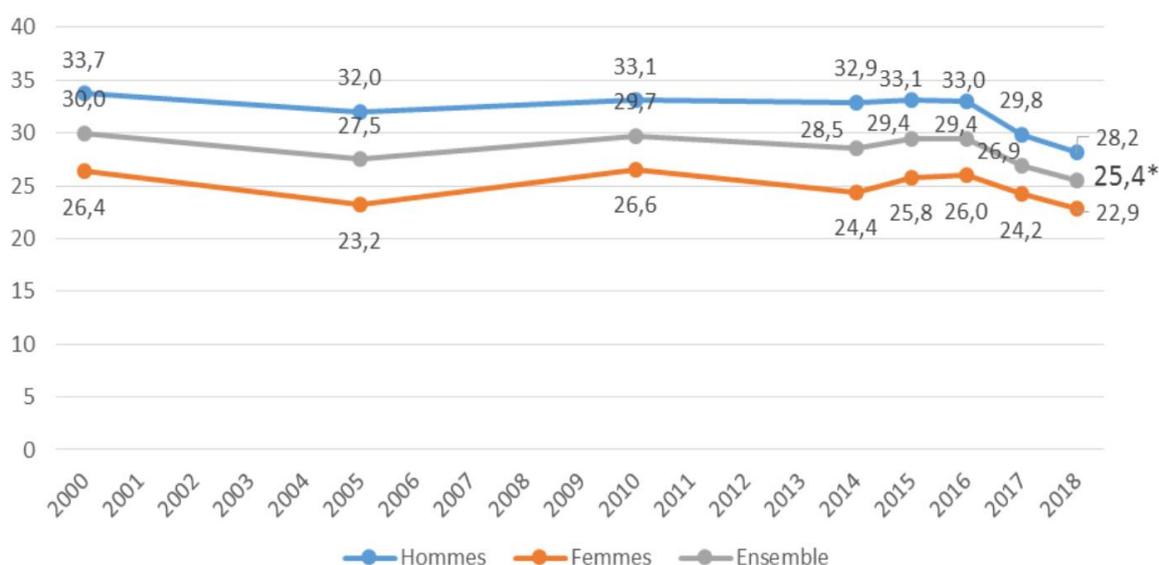
En comparaison, l'OMS chiffrait à 7 millions le nombre de décès imputés au tabagisme en 2017 **(2)**. L'accroissement de la population mondiale, notamment dans les pays à revenus faibles ou intermédiaires où près de 80 % des fumeurs vivent, justifie l'augmentation de ces chiffres **(3)**.

En France, la lutte contre le tabagisme est un enjeu sanitaire et social majeur. Ainsi en 2015, on estimait à 13,3 millions le nombre de fumeurs quotidiens en France métropolitaine, dont environ 650 000 ayant moins de 18 ans **(4)**. On impute au tabac plus de 75 000 décès par an en France ce qui correspond à environ 13% des décès enregistrés en métropole sur la même année **(5)**. Entre 2000 et 2013, si le nombre de décès attribuables au tabac a légèrement

diminué pour les hommes, il a en revanche été multiplié par deux dans la population féminine, passant d'environ 8 000 décès en 2000 (3,1% de tous les décès chez la femme) à plus de 17 000 décès en 2013 (6,3% de tous les décès) **(5)**.

Chez ces fumeurs, on considère que 80% ont commencé en étant mineurs **(6)**, si bien qu'on parle même de « maladie pédiatrique » pour désigner le tabagisme des jeunes **(7)**. En 2016 sont mises en place dans le cadre du Programme national de réduction du tabagisme 2014-2019 des mesures d'envergures (l'augmentation du remboursement des substituts nicotiniques, la campagne de « Moi(s) sans tabac », ou encore l'instauration du paquet neutre) entraînant une diminution du tabagisme observée en 2016 **(8)** et en 2018 par le baromètre santé (notamment en termes de tabagisme quotidien) **(9)**. Ainsi, en 2018, la prévalence du tabagisme quotidien était de 25,4% (28,2% des hommes et 22,9% des femmes) **(9)**. Cependant, bien que cette prévalence du tabagisme ait diminuée en France, elle reste plus élevée que dans les autres pays d'Europe Occidentale. Ainsi, si en France 3 personnes sur 10 fument, c'est une sur quatre en Allemagne, en Belgique ou aux Pays-Bas et une sur cinq en Italie. La Grande-Bretagne, avec 15% de fumeurs en 2018, se rapproche des États-Unis et de l'Australie (14% de fumeurs). **(10)**

Prévalence du tabagisme quotidien selon le sexe parmi les 18-75 ans, France, 2000-2018



Baromètres santé 2000, 2005, 2010, 2014, 2016 et Baromètres de Santé publique France 2017 et 2018, Santé publique France. Les * indiquent une évolution significative entre 2017 et 2018 : * p<0,05).

Figure 1 : Prévalence du tabagisme quotidien selon le sexe parmi les 18-75 ans en France

Le tabagisme varie donc selon le sexe et les écarts retrouvés entre hommes fumeurs et femmes fumeuses se sont réduits. Ainsi, 35% des hommes et 29% des femmes âgés de 18-75

ans déclaraient fumer en 2018 **(9)**. En termes de tabagisme quotidien, les chiffres diminuent et l'on retrouve 28,2% des hommes et 22,9% des femmes en 2019.

Outre les différences liées au sexe, les inégalités sociales de santé en termes de tabagisme persistent et restent marquées. Ainsi, les personnes les moins favorisées (chômeurs, personnes peu ou pas diplômées, revenus faibles) sont plus fréquemment fumeuses que les autres **(9, 10)**.

Cette diminution objectivée dans les derniers baromètres santé peut s'expliquer selon certains auteurs par les mesures de prévention mises en place (campagnes d'information, Moi(s) sans tabac, remboursement des substituts nicotiques...) **(8)**.

Ces mesures de prévention ont un coût et s'intègrent dans ce qu'on appelle le coût social du tabagisme. Celui-ci est chiffré à 120 milliards d'euros en France pour l'année 2010 **(11)**. Cette somme, complexe à estimer, prend en compte le coût externe (valeur des vies humaines perdues, perte de la qualité de vie et pertes de production) et le coût pour les finances publiques (dépenses de prévention et répression et soins).

Parallèlement, ce coût social du tabagisme est équivalent au coût social estimé de l'alcool. **(11)**

II- Justification du Challenge

A) Le Moi(s) sans tabac

1. Présentation

L'opération du « **Moi(s) sans tabac** » a été lancée pour la première fois en France en novembre 2016 **(12)**. Cette campagne nationale propose depuis à tous les fumeurs d'arrêter de fumer ensemble, pendant un mois, traditionnellement pendant le mois de novembre. Après 30 jours d'abstinence, la dépendance est moins forte, et le fumeur a ainsi cinq fois plus de chance d'arrêter définitivement.

« Le Moi(s) sans tabac » s'est inspiré d'une campagne anglaise appelée « **Stoptober** », développée depuis 2012 par le Public Health England **(13)** et qui avait permis de déclencher 350 000 tentatives d'arrêt du tabac supplémentaires en octobre 2012 comparativement à la moyenne des mois d'octobre des années précédentes **(14)**.

Ce « Moi(s) sans tabac » associe une campagne nationale de communication dans les médias traditionnels et digitaux (télévision, radio, presse, affiches, mais aussi Internet, réseaux sociaux) ainsi que des actions de proximité. Cette communication de grande ampleur s'intègre dans une dynamique de **marketing social** à laquelle s'ajoute la mise à **disposition d'outils gratuits** visant à réduire les coûts et les freins à l'adoption de ce nouveau comportement.

Ces dispositifs gratuits sont notamment le site « tabac-info-service », et les kits d'aide à l'arrêt du tabac **(12)**. Les actions de proximités reposent quant à elles sur la mise en place de partenariats nationaux et régionaux avec des professionnels de santé, des organismes publics, des entreprises, des municipalités, ou des associations...

Il s'agit principalement d'actions de sensibilisation dans les lieux de vie des personnes résidant en France (stands d'information, réunions...) mais également d'actions visant à faciliter le sevrage tabagique, comme la mise en place de consultations individuelles ou de groupes.

Ce marketing social s'appuie sur un fondement scientifique, qu'il s'agisse d'études des comportements liés au tabagisme (comme les Baromètres de Santé publique France), d'études qualitatives visant à cerner les freins et leviers à l'arrêt du tabac chez les fumeurs ou d'analyses de la littérature scientifique.

2. Ressorts psychologiques du « Moi(s) sans tabac »

Le développement de cette campagne anglaise s'est articulé autour de ressorts psychologiques valides et évalués : la théorie de la contagion sociale, l'utilisation d'un objectif dit SMART et la théorie PRIME.

- **L'influence sociale ou contagion sociale** a été étudiée aux Etats-Unis par Christakis et Fowler **(15)** sur 12 067 personnes, fumeuses ou non, sur 32 ans (1971-2003). Le but était de déterminer si le sevrage tabagique se « propageait » d'une personne à une autre. Ainsi, il a été remarqué que les fumeurs avaient deux-tiers (67%) de chances de plus de réussir à arrêter si leur conjoint/e arrêtaient, un tiers de plus s'il s'agissait d'un ami proche (36%) ou d'un collègue de travail (34%) et 25% de chance si leur frère ou sœur arrêtaient. L'idée de « Stoptober » était donc de focaliser l'attention d'un maximum de fumeurs sur un but commun en utilisant les médias disponibles (télévision, presse, réseaux sociaux...) pour propager le message et convaincre une majorité de changer de comportement et ainsi augmenter les tentatives d'arrêt.

- **L'objectif SMART** pour Spécifique, Mesurable, Atteignable, Réaliste et sensible au Temps, décrit initialement par George T. Doran en 1981 **(16)**, permet d'atteindre un objectif comportemental difficile en passant par un objectif intermédiaire réaliste. Ici, c'est l'arrêt du tabac pendant un mois visant dans un second temps un arrêt définitif. Cette durée d'un mois n'a pas été choisie au hasard puisque la plupart des symptômes ressentis à l'arrêt du tabagisme ou symptômes de manque durent moins de 4 semaines **(12)**. Une fois les effets indésirables diminués, il devient plus facile de maintenir le sevrage **(13)** et donc de poursuivre l'objectif. Les chances de succès définitifs sont alors multipliées par cinq **(12)**.

- Et enfin **la théorie PRIME** (Planification, Réponses, Impulsions, Motivations et Evaluations) de Robert West selon laquelle le comportement est déterminé de façon instantanée par une grande variété de facteurs motivationnels. Il s'agit d'un modèle de comportement qui se veut plus complet que le bon sens ou la notion de renforcement (positif et négatif). Ces cinq

étapes de la motivation intègrent divers aspects ou facteurs motivationnels comme l'instinct, les états émotionnels, les croyances, les désirs, les besoins, les pulsions, ou encore les forces inhibitrices **(17)**. Dans le sevrage tabagique, ce système motivationnel est en instabilité permanente entre ce qui peut conduire à reprendre une cigarette et ce qui peut aider à maintenir la tentative d'arrêt. Une campagne comme « Stoptober » multiplie les sources de motivation pour favoriser l'arrêt du tabac **(14)**. En agissant sur l'ensemble du système motivationnel, les chances d'adopter un nouveau comportement sont plus importantes.

La campagne française du « Moi(s) sans tabac » reprend les mêmes ressorts psychologiques. Durée courte (le mois de Novembre), diffusion d'un objectif par de nombreux médias au sein d'une population et mise en place d'évaluations et d'un soutien motivationnel, notamment via la plateforme internet « tabac-info-service » **(18)**.

3. Evaluations

L'édition 2016 du « Moi(s) sans tabac » a fait l'objet d'une double évaluation permettant d'en connaître l'impact et d'identifier les pistes d'amélioration pour les prochaines éditions.

La première évaluation a consisté à mesurer la participation à l'événement, le recours aux aides proposées par Tabac-info-service et la performance de la campagne médiatique afin d'ajuster la mise en œuvre du dispositif par la suite, faciliter l'adhésion et augmenter la participation des publics visés **(19)**.

La seconde évaluation réalisée par le Baromètre santé 2017 a permis de mesurer son efficacité en mettant en relation les tentatives d'arrêt au dernier trimestre 2016 avec la participation et/ou l'exposition au « Moi(s) sans tabac » **(20)**.

3-1. Première évaluation par Santé Publique France

La première opération du Moi(s) sans tabac a été un vif succès selon Santé Publique France avec plus de 180 000 participants s'inscrivant sur tabac-info-service et de nombreux événements qui ont été organisés sur tout le territoire national.

Quelques chiffres résument le succès de cette première édition **(21)** :

- Plus de 620 000 kits d'aide à l'arrêt du tabac ont été distribués via l'implication de 17 000 pharmacies, 100 partenaires nationaux et plus de 3 000 partenaires régionaux.
- Le nombre de visiteurs du site internet tabac-info-service.fr a été multiplié par 4 avec 1,3 million de visites, de mi-October à mi-Novembre.
- Le dispositif Tabac-info-service a reçu plus de 15 000 appels en October et Novembre sur sa ligne téléphonique, soit une augmentation de 35 % par rapport à la même période en 2015.

- Plus de 72 000 fumeurs se sont inscrits sur la nouvelle application de coaching Tabac Info Service.

- La page Facebook a compté jusqu'à 10 000 interactions par semaine et a bénéficié de 69 328 mentions « j'aime ».

Ces résultats, jugés très bons par Santé Publique France et complémentaires aux autres mesures du Programme national de réduction du tabagisme (comme la mise en place du paquet neutre ou l'augmentation du prix du tabac) ont amené à pérenniser cette campagne, devenue récurrente depuis. Cependant, ils témoignent essentiellement de la notoriété et de la bonne adhésion des français à cette campagne.

Son efficacité en termes de réduction des consommations tabagiques ou plutôt en termes de Tentative d'arrêt (TA) a été secondairement évaluée par le Baromètre Santé.

3-2. Deuxième évaluation par le Baromètre Santé

Ce Baromètre Santé 2017 consistait en une description des Tentatives d'Arrêt (TA) effectuées au moment de cette première édition du Moi(s) sans tabac. Ces TA devaient durer plus de 24h. Il ne s'agissait pas d'évaluer le maintien de ce comportement dans la durée, mais le déclic amenant à un changement de comportement, c'est à dire la démarche du fumeur de se sevrer.

C'est une enquête représentative et aléatoire de la population résidant en France métropolitaine menée au premier semestre 2017 sur un échantillon de 25 319 individus âgés de 18 à 75 ans. Cette variable TA était recueillie sur l'ensemble du dernier trimestre 2016 et non pas sur le seul mois de Novembre. **(20)**

Ainsi, près d'un fumeur quotidien sur six (15,9%) a déclaré avoir fait une TA au dernier trimestre 2016, et 18,4% d'entre eux ont déclaré qu'elle était liée au Moi(s) sans tabac. Sur les deux millions de personnes estimés avoir effectués une TA, environ 380 000 étaient déclarées liées à la campagne du Moi(s) sans tabac.

Parmi ceux ayant fait une TA au dernier trimestre 2016, 31% ont été abstinents pendant un mois et 18% l'étaient encore au moment de l'entretien entre janvier et juillet 2017.

4. L'Édition 2019

Cette édition 2019 du « Moi(s) sans tabac » a récolté 203 892 inscrits dont 19 000 en Nouvelle-Aquitaine **(22)**. A noter que la participation est en baisse, puisque 241 000 personnes s'étaient inscrites lors de l'édition 2018. **(23)**

En outre, il y a eu 118 000 fans sur la page Facebook et 4 900 followers sur Twitter. Au total, depuis 2016, 580 982 inscriptions ont été recensées pour ce « grand défi », qui vise à diminuer les 75 000 décès causés chaque année en France par le tabac. **(24)**

Les outils gratuits d'aides au sevrage ont été maintenus avec toujours comme soutien médical dédié une ligne téléphonique permettant de joindre gratuitement un tabacologue, sans compter la distribution de kits d'aide à l'arrêt et l'implication à toutes les échelles d'associations, des municipalités et des professionnels de santé.

Ainsi, durant cette édition 2019, 22 700 appels ont été passés au service d'accompagnement téléphonique Tabac-Info-Service, et l'application de conseils à distance a été téléchargée 128 500 fois. **(22)**

B) Particularités du tabagisme chez les adolescents

1. Généralités et pistes d'action

Il est aujourd'hui admis que l'adolescence reste la période privilégiée de l'initiation du tabac et la fin de l'adolescence celle des premières consommations régulières **(25)**. On sait également que plus l'initiation est précoce, plus la dépendance sera forte, et plus le nombre de cigarettes quotidiennes fumées à l'âge adulte sera élevé **(26)**. Cette fragilité fait d'ailleurs partie intégrante du modèle marketing américain des cigarettiers. Ainsi, dès 1981, Phillip Morris disait : « Les adolescents d'aujourd'hui sont les consommateurs réguliers potentiels de demain » **(27)**.

Plusieurs phases du tabagisme chez l'adolescent ont été décrites **(28)** : l'adolescent n'ayant jamais fumé, l'adolescent ayant expérimenté puis arrêté, l'adolescent fumeur occasionnel, l'adolescent fumeur régulier (plus d'une fois par semaine) et l'adolescent fumeur dépendant à la nicotine c'est à dire fumant de manière quotidienne.

Cette entrée dans le tabagisme fait partie chez l'adolescent d'un processus inconscient **(29)** : il s'agit d'un comportement non planifié. Les images sociales, le « prototype du fumeur », mais encore le but d'intégration et de reconnaissance auprès des pairs font partie de ce process inconscient.

Par exemple, si l'adolescent a une vision positive de ce « prototype du fumeur », il aura plus de chances de commencer à fumer. C'est cette image du fumeur qui a fait l'objet d'une importante campagne de marketing via le parrainage d'évènement sportifs, l'utilisation de logos distinctifs, le tabac dans les films... Une étude menée sur 2 814 adolescents a démontré que le prototype du fumeur était positivement associé à la volonté de commencer à fumer ou non **(30)**. Certaines campagnes de sensibilisation fondées sur une dévalorisation de l'image sociale du fumeur ou de dénormalisation de l'industrie du tabac ont depuis été mises en place.

Ainsi, à la fin des années 1990, une campagne de prévention antitabac nommée « Florida Truth » a fondé sa communication médiatique sur le fait que les adolescents étaient manipulés par l'industrie du tabac : en faisant comprendre aux adolescents que fumer n'est pas un acte de rébellion mais bien un acte de conformisme face au marketing du lobby du tabac, l'objectif était de rediriger leur rébellion contre l'industrie du tabac et non plus contre leurs parents. Cette campagne a été évaluée de 1998 à 2000 chez plus de 20 000 étudiants parmi plus de 240 écoles de Floride. Pendant deux ans, des auto-questionnaires étaient distribués aux étudiants et permettaient de mesurer l'évolution de la consommation tabagique. Il en a résulté une diminution du tabagisme de 18,5 % à 11,1 % chez les collégiens et de 27,4 % à 22,6 % chez les lycéens **(31)**.

Face à cette vulnérabilité particulière des jeunes vis à vis du tabac (cela est vrai quel que soit le produit psychoactif consommé) **(32)**, il s'est avéré crucial pour l'Etat de retarder autant que possible l'entrée dans la consommation tabagique. Depuis la Loi Veil du 9 juillet 1976 (restriction et encadrement de la publicité en faveur des cigarettiers, interdiction de fumer dans certains espaces publics clos, messages sanitaires sur les paquets) **(33)**, plusieurs lois se sont succédées dans ce sens : la loi Évin du 10 janvier 1991 **(34)** qui signe l'interdiction de fumer dans les lieux recevant du public, de vendre aux mineurs, et de faire de la publicité ainsi que l'augmentation du prix du tabac. La loi du 26 janvier 2016 **(35)** interdisant quant à elle le vapotage dans certains lieux publics et la neutralité des emballages.

2. L'étude ESCAPAD 2017

Le neuvième exercice de l'Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation A la Défense (ESCAPAD) a eu lieu du 13 Mars 2017 au 25 Mars 2017. En métropole, plus de 40 000 jeunes ont participé à cette enquête qui porte sur la santé de ces jeunes garçons et jeunes filles âgées de 17 ans, ainsi que sur leurs consommations de produits psychoactifs **(36)**.

L'évolution la plus remarquable depuis la dernière enquête (ESCAPAD 2014) concerne le tabagisme. En 2017, six adolescents sur dix disent avoir déjà essayé un produit du tabac, qu'il s'agisse de cigarettes en paquet ou à rouler, de cigarillos ou de cigares, soit une baisse de 9 points par rapport au niveau de 2014 (59,0 % vs 68,4 %). La part de ceux qui déclaraient avoir fumé au cours des 30 derniers jours baisse dans les mêmes proportions.

Conjointement à ce recul du tabagisme, l'âge moyen d'expérimentation a continué de s'élever chez les jeunes, quel que soit le sexe : 14,4 ans en moyenne contre 14,0 ans trois ans plus tôt. L'âge moyen auquel les adolescents deviennent des fumeurs quotidiens s'est lui aussi retardé, passant de 14,9 ans en 2014 à 15,1. Ces évolutions positives sont cependant contrebalancées par un passage plus rapide au tabagisme quotidien (13 mois contre 22 mois entre la première cigarette et la consommation quotidienne). **(36)**

Sur cette même étude, la moitié des jeunes de 17 ans déclarent avoir déjà fumé le narguilé ou chicha. La cigarette électronique (ou e-cigarette) a été expérimentée par un jeune de 17

ans sur deux, soit un niveau proche de celui de 2014 **(37)**. Dans un second temps, les résultats ont été analysés en fonction des régions **(38)** : cinq régions situées à l'Ouest (Normandie, Bretagne, Pays de la Loire, Nouvelle-Aquitaine) de même que les régions Auvergne-Rhône-Alpes, Occitanie et Bourgogne-Franche-Comté affichent des profils de surconsommation de différents produits.

En plus d'un outil statistique, l'étude ESCAPAD tente de relier le tabagisme et les conduites addictives de ces adolescents à certains déterminants individuels. Ces déterminants ont ainsi pu être étudiés en 2017 : le sexe (garçon), l'enseignement en apprentissage, les adolescents issus de familles recomposées ou monoparentales, le niveau socio-économique défavorable et la ruralité (zone urbaine inférieure à 200 000 habitants) semblaient être des facteurs associés à un tabagisme quotidien **(36)**.

Ces associations entre tabagisme et adolescents avaient précédemment fait l'objet de plusieurs études, notamment d'une revue de la littérature américaine **(39)**. L'initiation du tabagisme chez les adolescents était notamment associée à la structure familiale, à l'attitude parentale vis à vis du tabac (fumeurs ou non), ou encore le statut socio-économique des parents.

Dans les familles avec parents fumeurs, le tabagisme chez la mère était quant à lui fortement associé à une expérience du tabagisme chez l'adolescent **(40)**. L'accessibilité au tabac, l'influence des pairs, des facteurs comme la personnalité, ou le stress, étaient également cités dans un rapport québécois comme facteurs influençant l'initiation au tabac. **(41)**

Bien que certains auteurs rattachassent à un état dépressif ou à une anxiété une probabilité plus importante d'initiation tabagique chez les adolescents **(40)**, une étude observationnelle ne retrouvait pas de lien de cause à effet **(42)**. Il n'était pas retrouvé qu'un état dépressif entraînait une tendance au tabagisme mais qu'un tabagisme chez l'adolescent semblait augmenter le risque de dépression.

D'autres facteurs n'étaient pas reliés à l'initiation du tabagisme mais à son intensité, comme l'absence de diplôme, l'absence de scolarité ou les adolescents en apprentissage. Par exemple, la prévalence et l'intensité du tabagisme chez les jeunes suivis par la protection judiciaire de la jeunesse (PJJ), qui cumulent souvent des difficultés d'ordre social, personnel, familial et scolaire, sont particulièrement élevées **(43)**.

La dixième enquête ESCAPAD était prévue en 2020. Aucune donnée n'a encore été publiée.

3. L'étude EnCLASS

L'Enquête nationale en collège et en lycée chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS) a été développée par plusieurs équipes françaises de recherche **(44)**.

Pour la première fois en 2018, plus de 20 000 collégiens et lycéens représentatifs des adolescents scolarisés en France métropolitaine âgés de 11 à 18 ans ont répondu simultanément à un questionnaire en ligne à propos de leurs comportements de santé et de leurs consommations de substances psychoactives.

Ce sont principalement les substances licites, alcool et tabac, qui se diffusent au cours des « années collège ». Tous niveaux de classes de collège confondus, 6 élèves sur 10 déclarent avoir déjà consommé une boisson alcoolisée et 1 sur 10 indique une ivresse alcoolique.

Pour le tabac, les niveaux très inférieurs progressent rapidement : 7,6 % des collégiens de 6ème déclarent une expérimentation du tabac et ils sont 37,5 % en classe de 3ème.

La diffusion du cannabis ne s'amorce qu'en 4ème et atteint 16,1 % en 3ème. Durant les « années lycée », des usages plus réguliers s'installent. C'est le cas pour l'alcool, singulièrement chez les garçons qui sont un tiers à rapporter ce comportement en terminale. La diffusion du tabagisme connaît également une accélération : un élève de terminale sur 5 (21,5 %) fume quotidiennement. Quant à l'expérimentation du cannabis, 33,1 % des lycéens sont concernés **(44)**.

La comparaison avec les enquêtes précédentes témoigne d'un recul de l'ensemble des usages au collège. Au lycée c'est aussi le cas pour le tabac et le cannabis mais les niveaux de consommation d'alcool sont stables.

4. L'étude ARAMIS

Il existe des représentations, des perceptions et des motivations propres aux adolescents quant à l'usage du tabac. Ces particularités ont été étudiées par l'enquête qualitative ARAMIS (Attitudes, Représentations, Aspirations et Motivations lors de l'Initiation aux Substances psychoactives).

Sur la base de l'analyse d'un corpus de 125 entretiens effectués entre novembre 2014 et juin 2017, l'étude ARAMIS a sondé les représentations du tabac et des comportements tabagiques au sein des nouvelles générations **(45)**.

L'enquête interroge d'abord les circonstances de l'initiation tabagique, révélant que le premier contact avec le tabac donne lieu à des impressions unanimement négatives. Outre ses désagréments immédiats (toux, migraine...), le tabac est identifié à des connotations péjoratives (mauvaises odeurs, fumée jugée cancérigène, etc.).

Les réminiscences de la première cigarette, majoritairement partagée avec les pairs hors du cadre familial et scolaire, cristallisent déplaisir et répulsion. Cependant, l'influence du groupe, la notion d'intégration et d'appartenance, autrement appelée influence sociale peut entraîner des conduites à risque alors même que l'individu est en désaccord avec ces conduites **(46)**.

Pourtant, le dégoût du tabac est précisément ce qui fait l'intérêt de cette expérience : l'enjeu semble en effet de surmonter une sensation de l'ordre de l'aversion et d'acquérir un savoir-faire : nombre d'adolescents retracent ainsi avec satisfaction le parcours qui leur a permis de « réussir à fumer » puis de « savoir bien fumer » **(45)**. L'initiation tabagique apparaît donc comme un des premiers apprentissages de l'adolescence permettant de repousser son seuil de tolérance corporelle.

Les jeunes, principalement au stade de l'expérimentation, fument rarement quotidiennement ou de manière régulière. Ils fument notamment pour les bénéfices pharmacologiques immédiats ressentis.

L'analyse des représentations témoigne quant à elle d'une dé-normalisation du tabac dans cette génération née à partir du milieu des années 1990, qui rassemble en majorité des descendants de fumeurs marqués par un historique familial de mortalité tabagique par cancer. Très majoritairement, la cigarette y est perçue comme dangereuse, « abîmant le corps » et conduisant à une mort certaine. Ainsi, la quasi-totalité des adolescents interrogés (95,2 %), qu'ils soient fumeurs ou non, s'accordent sur le fait que « *fumer est dangereux pour sa santé* » **(47)**.

L'étude ARAMIS s'est également intéressée aux représentations de la cigarette chez ces populations adolescentes **(45)**. Avouant une tolérance limitée à l'égard des fumeurs, les mineurs des générations actuelles semblent ainsi avoir pris acte du bannissement de la cigarette de l'espace public, ayant toujours connu un régime législatif interdisant la cigarette dans les lieux publics (établissements scolaires, bars, discothèques, etc.) et proscrivant son achat avant 18 ans.

L'enquête montre également que, contrairement à l'alcool et au cannabis associés à des contextes d'usage festifs, la cigarette apparaît davantage comme un « compagnon de route » du quotidien, répondant à des motivations relevant du réconfort **(45)**.

Les fumeurs évoquent ainsi l'importance des rituels de consommation et le rôle transitionnel de « la » cigarette : pour la mise en route du matin, avec le café, entre deux cours, avant d'aller se coucher, etc. Dans ces récits, la « cigarette-plaisir » apparaît relativement peu, si ce n'est parmi les plus âgés, comme gratification symbolique après l'effort. Les contraintes pour « aller fumer » structurent, à l'inverse, de nouvelles figures du fumeur, contraints de s'éloigner du lycée pour pouvoir fumer, suite notamment au renforcement de la loi Evin par l'application de l'article R. 3511-1 qui précise l'interdiction de fumer dans les établissements scolaires **(48)**.

La dimension de socialisation semble également différente des générations précédentes, hormis en filière professionnelle où les jeunes considèrent la pratique tabagique comme un élément de leur insertion professionnelle, profitant de « la cigarette à la pause » pour s'intégrer au groupe des aînés et nouer des liens avec les autres salariés.

Par ailleurs, les adolescents se disent sensibles au packaging des paquets de cigarettes **(47)**, la moitié d'entre eux déclarant que certains « anciens » paquets sont « *beaux ou attrayants* », et qu'ils attachent également aux différentes marques ou cigarettes des propriétés particulières (certaines marques plus adaptées aux adolescents, différences de goût...).

5. Programmes de préventions français des conduites addictives de l'adolescent

4-1. UNPLUGGED

UNPLUGGED est à l'origine un programme européen de prévention des addictions destiné aux collégiens de 11 à 14 ans et diffusé en France depuis 2013. Il permet d'agir sur les influences sociales, et de développer des compétences psycho-sociales afin de réduire l'expérimentation et la consommation de substances psychoactives (tabac, alcool, cannabis) **(49)**.

Il comprend 12 séances interactives d'une heure au rythme d'une séance par semaine menée en classe par un enseignant préalablement formé qui utilise des méthodes interactives (jeux de rôles, mises en situations, débats ...).

La stratégie d'intervention est fondée sur le développement de ces compétences psycho-sociales, sur la correction des croyances normatives ainsi que sur l'amélioration des connaissances sur les produits et leurs effets.

Il a été évalué auprès de 1091 collégiens de 12 établissements durant l'année scolaire 2016-2017.

Les résultats de l'évaluation du programme sur l'année 2016-2017 ont montré que l'adaptation française d'UNPLUGGED avait un effet bénéfique sur les indicateurs de consommation récente et diminuait la probabilité d'expérimentation.

En effet, lors du suivi à 8 mois dans le groupe bénéficiant de l'intervention versus le groupe contrôle on observait une diminution de la probabilité d'avoir consommé récemment du tabac : 3,7% vs 9,8% OR = 0,36 $p < 0,01$. **(49)**

4-2. Avenir sans Tabac (AST)

Avenir sans Tabac est un programme porté par l'association le Souffle 64 (Pau) et évalué sur l'année 2016-2017. Il s'agit d'une aide à l'arrêt et à la réduction de l'usage de tabac et de cannabis chez les élèves de lycées et de CFA des Pyrénées-Atlantiques.

Plusieurs entretiens motivationnels menés par des spécialistes des addictions et réitérés durant l'année scolaire sont proposés aux étudiants. Les jeunes, sur la base du volontariat, peuvent participer à un stand tabac-cannabis avec entretien motivationnel individuel et test au CO. Ils ont ensuite la possibilité de s'inscrire dans les semaines qui suivent à un atelier collectif d'aide à la motivation (deux séances d'1h) au sein de l'établissement. **(50)**

Les résultats de l'évaluation à 3 mois de l'intervention parmi 15 lycées montraient que la participation au stand tabac-cannabis seul diminuait chez les fumeurs le niveau de consommation de cigarettes ($B = -0,36$; $p < 0,05$) et de cannabis ($B = 0,57$; $p < 0,01$) dans les 30 derniers jours par rapport au groupe contrôle. Aucun autre effet significatif n'avait été observé sur les autres indicateurs de consommation (tentative d'arrêt ou abstinence). **(50)**

Pour les fumeurs de cigarettes la participation au stand et à un atelier collectif était associée à une augmentation de l'intention d'arrêt, à une augmentation du sentiment d'être capable d'arrêter et de réduire la consommation de tabac à 3 mois mais sans effet sur les indicateurs de consommation (niveau de consommation, tentative d'arrêt et abstinence). **(50)**

4-3. TABADO

TABADO est un programme d'aide au sevrage tabagique initialement imaginé pour les adolescents apprentis de CFA développé en 2006 en Lorraine **(51)**. Initialement, la campagne TABADO s'articulait autour d'une conférence d'information générale par classe d'environ une heure animée par un tabacologue, suivie d'une consultation individuelle de 50 minutes pour les fumeurs volontaires souhaitant participer au programme de sevrage, et par quatre séances collectives dynamiques en petits groupes toutes les 3 semaines s'inspirant de la thérapie cognitivo-comportementale.

L'efficacité de ce programme a été évaluée entre 2007 et 2009 par un essai contrôlé. Le groupe intervention comprenait les CFA qui bénéficiaient du programme TABADO et le groupe contrôle était composé des apprentis d'autres CFA qui ne recevaient pas d'intervention spécifique.

TABADO permettait un doublement du nombre d'arrêt du tabac sur 4 mois, et 17% des fumeurs étaient devenus abstinents à un an (contre 11,9% dans le groupe contrôle) **(52)**. En 2016, TABADO s'enrichit du programme RESIST, avec pour objectif d'y ajouter une composante sociale via des « leaders d'influence », issus de pairs permettant d'encourager et de soutenir les participants via des discours d'encouragement et l'utilisation des réseaux sociaux FACEBOOK® et TWITTER® **(53)**.

En 2019, le programme est repensé afin d'être généralisé et ainsi toucher une population plus large : il s'agit de TABADO2 **(54)**. Ainsi, ce sont 60 000 élèves qui sont sensibilisés dans 142 établissements de 12 régions françaises. À la rentrée 2020-2021, 215 établissements répartis dans 14 régions déploieront TABADO auprès de 77 000 jeunes **(55)**. Reprenant les codes de l'univers sportif, les « Tabado Games » proposent aux élèves, mais aussi aux enseignants, de participer à un challenge national et régional sur une durée de sept mois et de remporter des prix au bénéfice de l'ensemble des élèves de l'établissement scolaire **(56)**.

La dimension collective de ce dispositif est centrale ; comme pour l'arrêt du tabac pour lequel l'accompagnement par des professionnels de santé garantit un taux de réussite plus important, le soutien par des pairs et le challenge collectif proposé par les « Tabado Games » visent à renforcer la motivation de chacun.

En cumulant des points à la faveur d'actions, au sein ou en dehors de l'établissement (s'inscrire aux « Tabado Games » lors de la session d'information, s'inscrire à une consultation individuelle et/ou aux ateliers motivationnels ; télécharger ou encore remplir son profil sur l'application Kwit d'aide à l'arrêt du tabac), ce dispositif permet de remporter des lots comme une journée organisée autour du sport pour le vainqueur national, un baby-

foot pour les 12 vainqueurs régionaux et une plaque pour l'ensemble de l'établissement afin de se souvenir de cette aventure collective.

De nouveaux établissements participeront au déploiement du programme en 2020-2021.

4-4. ASSIST (A Stop Smoking in Schools Trial)

Le programme ASSIST, qui se base sur l'influence des pairs, est destiné aux élèves de 5ème afin de prévenir l'entrée dans le tabagisme. Les collégiens de chaque classe élisent leur « ambassadeur ». Celui-ci aura pour rôle d'influencer ses camarades à ne pas tomber dans les pièges du tabagisme lors de leurs interactions quotidiennes. Pour cela ils sont formés pendant 2 jours en dehors de l'établissement scolaire par des intervenants extérieurs (informations sur le tabac, développement de compétences psychosociales et de communication) et des séances de suivi de leurs acquis sont prévues **(57)**.

Un essai randomisé a permis de démontrer l'efficacité de ce programme pour la prévention de l'entrée dans le tabagisme chez les jeunes au Royaume-Uni. Dans cette étude, le groupe contrôle recevait des stratégies d'éducation de prévention habituelles, le groupe intervention recevait en plus une intervention informelle par les pairs. La prévalence du tabagisme quotidien à 1 an de l'intervention était plus basse dans le groupe intervention (12,49%) que dans le groupe contrôle (15,13%, OR = 0,77, IC 95% = [0,59-0,99], p = 0,043) **(58)**.

L'expérimentation du programme en France est en cours dans 4 collèges afin d'évaluer son acceptabilité et sa faisabilité. Les premiers résultats portant sur l'année scolaire 2016/2017 montraient une acceptation du programme par les collégiens français. 90 élèves ont été formés avec un effet positif pour la majorité d'entre eux : formation appréciée et apport de connaissances pour 90% d'entre eux **(59)**.

4-5. P2P (Agir par les pairs)

P2P est un programme fondé sur l'éducation par les pairs s'appuyant sur la théorie du comportement planifié de Ajzen. Celle-ci basée sur l'idée que le comportement d'une personne est avant tout déterminé par sa perception de contrôle dudit comportement et son intention à l'adopter **(60)**. Le programme consiste à accompagner des groupes de lycéens volontaires (« pairs éducateurs ») à élaborer des actions de prévention du tabagisme à destination des autres lycéens.

P2P a fait l'objet d'une recherche interventionnelle dans 15 lycées professionnels du Languedoc-Roussillon. Cette étude a montré son efficacité pour limiter la hausse de la prévalence du tabagisme quotidien en lycée professionnel. Sur un échantillon de 1573 lycéens, après 10 mois de mise en place, le tabagisme quotidien des jeunes en conditions standards a augmenté de 9,61 points de pourcentage et de seulement 2,61 points chez les

jeunes exposés à P2P. On observait une importante différence en faveur du groupe intervention, significative à 4 mois ($OR = 0,39$, $p = 0,002$, $IC95\% = [0,21-0,71]$) et qui semblait perdurer 6 mois plus tard, bien que les résultats soient à la limite de la significativité ($OR = 0,55$, $p = 0,051$, $IC95\% = [0,31-1,00]$) **(60,61)**.

Du fait de ces résultats régionaux probants, une étude de transférabilité sur un territoire plus large en vue d'un déploiement national par la suite est en cours.

4-6. Points communs de ces interventions

Ces programmes de prévention ont pour cible une population jeune et s'adaptent dans l'apport de l'information (stand, séances interactives...) et le maintien de l'intérêt dans le temps via des interventions répétées (ateliers récurrents, au sein d'une collectivité). Ainsi, les programmes sont présentés par des intervenants formés ou spécialisés et sont récurrentes.

Développés au sein du milieu scolaire, il ne s'agit pas que d'un apport d'information. Les programmes s'intègrent dans une dynamique psycho-sociale et traitent des différentes croyances concernant l'addiction, notamment via des conférences motivationnelles, afin de s'adapter au profil adolescent.

Fort de ces données il nous semblait primordial de poursuivre la prise en charge de ces jeunes fumeurs au sein d'un challenge créé en 2017 appelé Challenge Inter-Lycées (CIL) visant à promouvoir l'arrêt du tabagisme chez les lycéens fumeurs français par l'apport d'informations adaptées à l'adolescent et le soutien des élèves par leurs pairs dans leur démarche d'arrêt.

III- Le Challenge Inter-lycées (CIL)

A) Le CIL 2017

1. Présentation et résultats

L'édition pilote du Challenge Inter Lycées 2017 mettait en compétition 30 classes de Terminales de quatre lycées bordelais (Albert Le Grand, Brémontier, Magendie et Saint-Genès). Le but était d'inciter les fumeurs au décours d'une conférence motivationnelle à arrêter ou à diminuer leur consommation de tabac au cours du « Moi(s) sans tabac » à savoir le mois de Novembre 2017.

Ce défi collectif permettait à la classe ayant réalisé le plus fort taux d'arrêt et/ou réduction de consommation de gagner un voyage d'une journée au Futuroscope **(62)**.

Le projet a été porté par Le Dr VANDERSNICKT Géraldine de l'association PREV'ENBUS. Cette expérimentation n'étant pas subventionnée, les établissements scolaires ont été choisis en fonction de leur proximité avec le siège de l'association afin de faciliter les interventions **(62)**.

Trois thèses de médecine générale (dont 2 quantitatives et 1 qualitative) encadraient ce challenge avec pour objectifs respectivement de :

- *Déterminer la proportion de fumeurs ayant réduit ou diminué leur consommation tabagique durant le Moi(s) sans tabac, ainsi que les caractéristiques socio-démographiques des participants. (63)*

Pour ce premier travail de recherche il s'agissait d'une étude épidémiologique, observationnelle, descriptive, transversale, multicentrique, et quantitative.

Au terme du challenge, 731 élèves ont pu bénéficier des conférences motivationnelles, organisées autour d'un quiz. 483 personnes ont participé au challenge, parmi lesquelles 173 fumeurs. Le nombre de participants ayant arrêté le tabac s'élevait à n=26 soit 15% de l'ensemble des fumeurs, tandis que le nombre de participants ayant réduit leur consommation était de n=188 soit 39% des fumeurs.

Le pourcentage d'élèves ayant modifiés favorablement leur consommation était ainsi de 54%.

- *Evaluer à trois mois du début de ce challenge la proportion de lycéens ayant diminué ou arrêté leur consommation tabagique et secondairement évaluer leur appréciation et soulever d'éventuelles pistes d'amélioration. (64)*

Pour ce second travail de recherche, une enquête quantitative transversale a été réalisée auprès des 190 lycéens fumeurs ayant participé sous forme d'un questionnaire entre le 19 janvier et le 01 mars 2018 dans les quatre lycées Bordelais en question.

Au total, 115 questionnaires ont pu être exploités soit un taux de réponse de 60,5%. 14,8% des lycéens ont arrêté de fumer et 67 % ont diminué leur consommation à trois mois soit 81,8% d'évolution favorable chez les sujets répondants.

A noter que cette première édition du challenge a été appréciée par 87,8% des lycéens.

- *Explorer les leviers et les freins de la participation et de la réussite à ce défi (62).*

Pour ce troisième et dernier travail de recherche, il s'agissait d'une étude qualitative multicentrique en entretiens collectifs ou « focus group » réalisée auprès des élèves de Terminale. Tous les fumeurs ou "challengers" des classes inscrites au CIL étaient conviés à y participer. Le guide d'entretien regroupait une trame de dix questions ouvertes, neutres, simples et compréhensibles. Pour chaque focus group, deux organisateurs étaient présents : le modérateur qui animait l'entretien, et l'observateur qui prenait note des principales idées dégagées et des éléments non verbaux.

Les données étaient recueillies par enregistrement audio doublé d'une prise de notes et faisaient l'objet d'une retranscription sur CD. L'analyse se faisait ensuite par double lecture, et regroupait les idées abordées pour les intégrer dans un arbre thématique.

Les entretiens se sont déroulés du 15 décembre 2017 au 11 janvier 2018. 7 focus groups et un entretien individuel ont été menés regroupant au total 33 "challengers" ou non-fumeurs. Les leviers de participation au Challenge mentionnés par les élèves sont l'effet de groupe, la notion de défi, l'attrait de la récompense, la volonté de réduire la consommation de tabac et l'interrogation sur leur rapport à l'addiction.

La réduction du tabagisme au cours de l'expérience est encouragée par l'esprit de groupe, la compétition, la récompense, le soutien de l'entourage, la valorisation des efforts, la motivation personnelle, le contrôle inopiné du taux de CO et la présence des affiches du Moi(s) sans tabac.

Il n'y a pas eu de frein recueilli à la participation au Challenge.

Les obstacles rencontrés par les fumeurs étaient le manque de motivation et le tabagisme de l'entourage.

2. Conclusion, limites et perspectives

Ces travaux de recherche concluent unanimement que ce challenge, bien accueilli par les lycéens, a été bénéfique pour une grande majorité des participants, en ayant un impact positif non seulement sur leur consommation tabagique à l'issue du challenge et à moyen terme, mais aussi sur leur représentation du tabagisme.

La notion de défi collectif doublé par une incitation sous forme de récompense semble donc être une piste prometteuse pour encourager les jeunes à réduire ou arrêter leur consommation de tabac.

Ce format est alors maintenu, en tenant compte toutefois de différents points à améliorer pour les éditions futures, à savoir : **(62,64)**

- L'amélioration de l'organisation et de la communication qui passe par une alliance forte et indispensable avec l'équipe éducative de chaque lycée.
- L'intégration d'autres lots pour les autres classes méritantes afin de maintenir la motivation du plus grand nombre, ce qui éviterait la notion d'échec ou de perdant.

- Le renforcement de leur suivi au cours du mois sans tabac via la présence d'un organisateur sur place et des contrôles plus fréquents des taux de monoxyde de carbone (CO).
- L'implication des "supporters" afin d'optimiser leur rôle auprès des fumeurs.
- L'amélioration des informations qui leurs sont fournies et l'adaptation du support numérique à leur pratique quotidienne.
- L'amélioration de l'identification des participants pour allier au mieux suivi et anonymat.
- Les méthodes d'aide au sevrage, adaptées aux besoins des fumeurs.

En perspective, les investigateurs ont jugé qu'il serait judicieux de mener une autre étude, comparative cette fois, entre des élèves participant au challenge et des élèves bénéficiant d'une prévention du tabagisme classique **(63)** ; puis au décours, en fonction des résultats, faire de ce challenge un prolongement du Moi(s) sans tabac dédié aux lycéens et réalisé dans le maximum de lycées dans l'ensemble de la Gironde voire en faire un challenge national **(64)**.

B) Le CIL 2018

1. Présentation et résultats

L'opération a été renouvelée en novembre 2018 auprès de dix lycées de Gironde, dont 3 à Langon, 1 à La Réole, 3 à Libourne et 3 à Bordeaux. Une édition pilote dans le Grand-Est a également été menée dans 3 lycées de Haute-Marne pour cette même année. Un financement du projet a été obtenu cette fois-ci par l'ARS pour permettre de perfectionner cette deuxième version du Challenge en s'appuyant, en partie, sur les résultats des études précédentes **(62)**.

Trois thèses encadraient ce challenge :

*-Déploiement d'un défi collectif de réduction des risques en tabacologie : impact du challenge inter-lycées 2018-2019 sur les consommations tabagiques des lycéens de Terminale de 10 établissements de Gironde par Madame ROSIER Amandine **(65)**.*

Pour ce premier travail de recherche, il s'agissait d'évaluer le nombre de lycéens fumeurs de classe de Terminale ayant modifié de façon favorable leur consommation de tabac (diminution ou arrêt de consommation) à la fin du challenge à 1 mois. L'étude

épidémiologique était quantitative, observationnelle, transversale, et multicentrique. 190 élèves fumeurs ont bénéficiés de ce challenge à l'issue duquel, 151 soit 79% ont présenté une évolution favorable de leur consommation, c'est à dire une diminution ou un arrêt.

-Évolution des connaissances et de l'engagement des jeunes dans la lutte contre le tabac, à l'issue d'un défi de réduction des risques chez les lycéens de Terminale de 10 établissements de Gironde par Madame FERDERIN Anaïs (66).

Pour ce second travail, n = 1167 lycéens ont répondu au questionnaire d'inclusion et n = 833 ont répondu au questionnaire final à un mois. Les notes ont été analysées selon le sexe, le statut tabagique, le lycée, et la filière. La moyenne initiale avant conférence était de 8,9/20 contre 17,5/20 après conférence. A l'issue du challenge soit au bout d'un mois, la moyenne était de 16,5/20.

Par ailleurs, ce travail évaluait la motivation à l'arrêt et à la diminution, à un mois du challenge, elle était notée à 5,2/10 contre 4,4/10 au début du challenge.

-Challenge Inter-lycées 2018 contre le tabac : Analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac chez des élèves de Terminale de 3 établissements de Haute-Marne par Madame VERCOUSTRE Béatrice (67).

Ce dernier travail a porté sur 3 lycées de Haute-Marne avec un total de 267 élèves (15 classes) parmi lesquels 58 élèves fumeurs ont été participants. Initialement, ces élèves fumaient en moyenne 7,3 cigarettes par jour.

A la fin du challenge, 40 questionnaires ont pu être récupérés. Les analyses ont été effectuées :

- D'une part par rapport au taux de CO expiré : une modification de la consommation considérée comme favorable était signalée et objectivée par le test au CO pour 35 d'entre eux soit 87,5%.
- D'autre part sur la base du questionnaire déclaratif : 27,5% des fumeurs (n=11) avaient arrêté de fumer et 60% d'entre eux (n=24) avaient diminué leur consommation.

La moyenne de cigarettes fumées déclarées à un mois était maintenant de 2,1 cigarettes.

2. Conclusion, Limites et Perspectives

Le CIL 2018 a donc permis d'élargir la population d'étudiants cibles recevant la conférence motivationnelle initiale (n=1434 en 2018 contre n=731 en 2017) avec un déploiement départemental en Gironde et en Haute-Marne.

L'engagement des fumeurs est resté très bon, avec un impact en termes d'évolution tabagique très intéressant pour plus de $\frac{3}{4}$ d'entre eux en Gironde et pour presque $\frac{2}{3}$ des élèves en Haute-Marne.

Dans son déploiement, le CIL semble correspondre à nombre de critères décrit par Kerjean.J dans le cadre de programmes d'intervention contre le tabac dédiés aux adolescents **(68)**. Ainsi, les critères comme l'intégration dans un programme plus large, les intervenants, la pédagogie, les ateliers et l'encadrement empathique sont retrouvés dans le CIL.

Par ailleurs, certaines limites soulevées par le CIL 2017 ont été améliorées : meilleure information, intégration plus réussie des supporters...

Cependant, l'étude reste descriptive et non comparative, et le nombre de fumeurs participants au challenge reste sensiblement identique, avec également un déploiement faible pour cette première édition dans le GE.

Une tentative d'extrapolation au niveau national a été faite mais du fait de résultats statistiquement différents, cette extrapolation nationale reste inenvisageable.

C) Le CIL 2019

1. Présentation Générale

L'objectif de la version 2019 du challenge consiste à étudier l'extrapolation des résultats obtenus au niveau d'une ville (Bordeaux) en 2017 puis d'un département (Gironde et Haute-Marne) en 2018, à l'échelle régionale en incluant cette fois-ci 15 lycées en Nouvelle-Aquitaine et 10 lycées en région Grand-Est. Celle-ci ayant été pilote lors du CIL 2018, nous l'avons gardée en augmentant la population de lycéens étudiés.

● Les quinze lycées de Nouvelle-Aquitaine participant au CIL 2019 sont :

- Lycée Condorcet à Arcachon (33)
- Lycée Camille Jullian à Bordeaux (33)
- Lycée Albert Legrand à Bordeaux (33)
- Lycée Pape Clément à Pessac (33)
- Lycée Bernard Palissy à Agen (47)
- Lycée Anatole de Monzie à Bazas (33)

- Lycée Agricole de Bazas (33)
- Lycée Venise Verte à Niort (79)
- Lycée Philippe Cousteau à St André de Cubzac (33)
- Lycée Valin à La Rochelle (17)
- Lycée Gabriel Hauré Placé à Coarraze (64)
- Lycée St Exupéry à Parentis en Born (40)
- Lycée Elisée Reclus à Ste Foy la Grande (33)
- Lycée Jean Monnet à Libourne (33)
- Lycée Grand Air à Arcachon (33)

● Les 10 lycées du Grand-Est participant au CIL 2019 sont :

- Lycée La Salle à Troyes (10)
- Lycée Camille Claudel à Troyes (10)
- Lycée Marie de Champagne à Troyes (10)
- Lycée Blaise Pascal à Saint Dizier (52)
- Lycée ESTIC à Saint Dizier (52)
- Lycée Émile Baudot à Wassy (52)
- Lycée Notre-Dame Saint Victor - Sainte Marie à Epernay (51)
- Lycée Pierre Bayen à Châlons-en-Champagne (51)
- Lycée Jean Talon à Châlons-en-Champagne (51)
- Lycée François Ier à Vitry-le-François (51)

Le but est toujours d'inciter les fumeurs au décours de la conférence motivationnelle à arrêter ou à diminuer leur consommation de tabac durant le mois de Novembre 2019.

Cependant nous avons inclus cette année essentiellement des élèves de Première et quelques classes de Seconde afin de faciliter leur suivi à 6 mois, ce qui était difficilement réalisable avec les Terminales se trouvant alors en période d'examens.

Nous avons maintenu le format habituel en tenant compte autant que possible de différents points à améliorer soulevés lors des éditions précédentes :

- Amélioration de l'organisation et de la communication au sein des lycées en impliquant au maximum les infirmières scolaires pour la mise en place en interne du challenge.
- Renforcement du suivi des élèves au cours du Moi(s) sans tabac en ajoutant un contrôle en milieu de mois du taux de monoxyde de carbone (CO).
- Adaptation des acquis du CIL 2018 concernant l'implication des "supporters" sur les réseaux sociaux, avec une centralisation des défis sur INSTAGRAM® (suppression de la page FACEBOOK® du CIL non utilisée par les lycéens).
- Augmentation sur les réseaux sociaux des « défis » à réaliser par les supporters rapportant des points à comptabiliser pour le score final.
- Anonymisation par pseudonymes choisis par les élèves et non par numéros attribués arbitrairement comme ce fut le cas en 2017.
- Poursuite des téléconsultations gratuites de tabacologie avec le Dr VANDERSNICKT en plus des packs d'aide au sevrage tabagique mis à disposition des étudiants

2. La Conférence Motivationnelle

En partenariat avec les établissements, chaque classe a participé, de façon obligatoire sur du temps scolaire, à une conférence motivationnelle de 2 heures sur le thème du tabac. Une journée était dédiée par lycée.

Ces conférences se sont déroulées sous la forme d'un quiz visant à sensibiliser les élèves sur les dangers du tabac.

Un questionnaire leur a tous été distribué, afin d'évaluer leur consommation tabagique et de recueillir leurs réponses au quiz.

3. Le bilan à 6 mois

A 6 mois, un bilan sous la forme d'un questionnaire de la consommation des fumeurs devait être réalisé dans les établissements scolaires pour évaluer l'impact à moyen terme sur leurs habitudes de consommation. Ce travail devait faire l'objet d'une thèse.

Mais en raison du contexte épidémique du COVID-19, cette analyse n'a pu être réalisée.

4. Remise des Prix et Financement

Ce défi collectif permet à la classe ayant réalisé le plus fort taux d'arrêt et/ou réduction de consommation ainsi que de participation sur les réseaux sociaux de gagner :

- Un voyage d'une journée au Futuroscope pour les gagnants de Nouvelle-Aquitaine.
- Un voyage d'une journée au Parc Astérix pour les gagnants du Grand-Est.

Le projet a été porté par l'association PRÉV'enBUS et financé par l'ARS, ainsi que la région Nouvelle Aquitaine et la CPAM 33 pour l'édition Aquitaine et les CPAM 10, 51 et 52 en Grand-Est ; le Futuroscope et le Parc Astérix ont offert les entrées aux parcs.

Malheureusement pour cause de financement ou mécénat insuffisant, nous n'avons pas pu intégrer des lots secondaires pour les autres classes méritantes.

IV- Travaux de thèse autour du CIL 2019

A) Etude quantitative : bilan de la consommation tabagique à 1 mois en Grand-Est

Challenge Inter-Lycées 2019 contre le tabac et les addictions : analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac dans dix lycées de la région Grand-Est par Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY. **(69)**

B) Etude quantitative : bilan de la consommation tabagique à 1 mois en Nouvelle-Aquitaine

Challenge Inter-Lycées 2019 contre le tabac et les addictions : analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac dans quinze lycées de Nouvelle-Aquitaine par Vincent BUCHSENSCHUTZ. **(70)**

C) Etude quantitative sur la corrélation de la motivation des lycéens avec l'impact du CIL

Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine.

C'est cette étude-ci qui fait l'objet de cette thèse.

V- Présentation de l'étude

La Question de recherche est : existe-t-il un lien significatif entre la motivation des élèves dans la lutte contre le tabac et leur réussite dans le changement proposé de réduction ou d'arrêt durant le CIL 2019 ?

L'hypothèse de recherche est que la réussite du changement de comportement tabagique est bien corrélée à la motivation des lycéens inclus dans l'étude.

De manière secondaire, nous nous interrogeons d'une part sur l'influence des réseaux sociaux sur la motivation des élèves au changement, d'autre part sur les impressions laissées par notre intervention après le CIL.

L'objectif principal de cette thèse est donc d'étudier l'évolution de la motivation des lycéens dans la lutte contre le tabac et sa corrélation avec l'évolution de leur consommation tabagique à l'issue du CIL 2019.

Les objectifs secondaires sont :

- D'étudier l'engagement des lycéens sur les réseaux sociaux et son influence dans la lutte contre le tabac.
- D'évaluer la satisfaction des élèves à l'issue du CIL.

Ce travail de recherche se distingue de celui de mes co-thésards (qui eux se concentrent sur l'impact du CIL en termes d'évolution de la consommation tabagique), par l'étude des supposés déterminants de cet impact (motivation des fumeurs et engagement sur les réseaux sociaux) et de la satisfaction des élèves après le challenge. Nos trois travaux sont donc complémentaires.

MATERIEL ET METHODE

Dans cette section les parties I à V sont communes aux 3 travaux de thèse du CIL 2019.

I- Schéma de l'étude

Le travail réalisé correspond à une étude quantitative interventionnelle transversale prospective multicentrique, non contrôlée et non randomisée.

Elle a été réalisée sur une durée d'un mois, correspondant à la durée de la campagne du « Moi(s) sans tabac » qui s'est déroulée en Novembre 2019.

L'étude s'est faite au sein de 15 lycées de Nouvelle-Aquitaine et de 10 lycées en Grand-Est. Ce choix correspond aux lycées ayant répondu favorablement à nos mails explicatifs pour les inviter à participer au CIL 2019.

II- Recrutement de la population

A) Critères d'inclusion

Nous avons inclus tous les élèves de Première et Seconde ayant bénéficié de la conférence d'inclusion et remplis le questionnaire, même partiellement. Les élèves ont été inclus sans distinction de filière d'origine (générale, professionnelle et technique). Il n'y avait aucune limitation supplémentaire.

B) Critères d'exclusion

Nous avons exclu du recueil de données final à J30 les questionnaires remplis par les élèves absents le jour de la conférence inaugurale ; ceux remplis par les professeurs ainsi que les questionnaires avec réponses aberrantes.

C) Consentement

La question du consentement des titulaires de l'autorité parentale s'est bien sûr posée puisque nous avons eu à faire à une très grande proportion d'élèves mineurs. Étant donné qu'il s'agissait de questionnaires anonymisés complétés de tests non invasifs réalisés sur la base du volontariat, et après avis auprès de la Commission Nationale Informatique et Liberté (CNIL), il n'a pas été nécessaire de demander un consentement éclairé aux parents.

D) Aspect éthique : CPP et CNIL

Nous avons obtenu l'approbation du comité de protection des personnes (CPP) (cf. Annexe 1).

Il n'a pas été nécessaire de déposer ce projet auprès de la Commission Nationale Informatique et Liberté (CNIL) du fait de l'anonymisation complète des questionnaires par l'utilisation de pseudonymes ; aucune donnée n'étant identifiante.

III- La Conférence motivationnelle

Les conférences se sont déroulées dans chaque lycée du **07/10/2019 au 15/11/2019**.

Les élèves étaient conviés par classe durant le temps scolaire à participer à la conférence motivationnelle d'une durée d'environ 2 heures. Elle était réalisée par au moins un médecin (Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY, Géraldine VANDERSNICKT, Vincent BUCHSENSCHUTZ et moi-même Grégory ALINE) ou par trois « ambassadeurs » autrement dit des élèves en classe de Première volontaires pour animer les conférences dans trois lycées (lycées bordelais Camille Jullian et Albert Legrand, lycée Grand Air à Arcachon) et ayant déjà participé à une édition précédente du CIL.

Au total, avec Mathilde VANDERSNICKT, directrice de l'association PREV'enBUS qui gérait l'organisation logistique du dispositif ainsi que les défis sur les réseaux sociaux, nous étions huit intervenants.

L'intervention consistait en un diaporama préventif sur les pièges du tabagisme (sous ces différentes formes), ses risques et l'addiction, sous forme d'un quiz didactique.

Après une courte présentation des intervenants et du déroulé de la conférence, vingt questions ont été soumises aux élèves. Ils y répondaient via une grille de réponse (Vrai, Faux ou Ne Sais Pas). A la fin du quiz, l'intervenant reprenait les questions une à une afin d'en expliquer la réponse qui constituaient la trame de la conférence. A l'issue de cette dernière, les questions étaient de nouveau soumises aux élèves (dans un ordre différent) pour y répondre cette fois-ci avec des connaissances actualisées.

La deuxième partie de la conférence consistait ensuite à présenter le CIL et à leur expliquer le déroulement. Le choix de la participation individuelle était libre. Mais pour qu'une classe puisse participer, celle-ci devait être constituée d'au moins 5 élèves dont 2 fumeurs minimum. Ces derniers devenaient des « challengers », et les non-fumeurs des « supporters ». Les challengers devaient alors se présenter aux intervenants pour mesurer leur taux de CO expiré : nous avons alors récolté leur taux, le nombre de cigarettes fumées depuis le réveil, la consommation moyenne et le type de consommation.

Les taux de CO des fumeurs ont été mesurés par l'appareil MicroCO Meter (référence 36-MCO2-STK) commercialisé par CareFusion. Il était demandé aux élèves testés d'inspirer profondément, de garder leur souffle pendant 10 secondes avant de souffler très lentement dans l'embout cartonné pendant au moins 10 secondes. La valeur mesurée du taux de CO était exprimée en parties par million (ppm).

Les élèves étaient ensuite invités à compléter le questionnaire sur leurs caractéristiques en tant qu'élèves mais aussi, le cas échéant, en tant que fumeurs, et leur avis concernant la conférence. Les questionnaires étaient anonymes, seul un pseudonyme leur était demandé pour les identifier.

IV- Recueil de Données

A) Le questionnaire à J0

Le questionnaire remis à tous les élèves présents à la conférence inaugurale était constitué de 3 parties.

La première où l'élève complétait sa classe, son pseudo, son sexe, son âge et son statut concernant le tabac (fumeur ou non). A noter qu'était considérée fumeuse toute personne ayant consommé au moins 1 cigarette dans les ~~3~~ 3 mois. Ensuite, les fumeurs étaient invités à compléter une sous partie où leur était demandé :

- le nombre de parents au courant
- le nombre de cigarettes fumées par jour en moyenne
- si moins d'une cigarette par jour, combien environ par semaine
- si consommation de chicha, combien par semaine
- si consommation de cannabis, combien de joints par jour ou par semaine
- combien de cigarettes fumées en soirées
- durée de consommation de tabac
- somme d'argent hebdomadaire dépensée dans les cigarettes
- présence ou non d'un autre fumeur au domicile
- antécédent de tentative d'arrêt du tabagisme

Ensuite les lycéens devaient évaluer leur motivation pour arrêter et leur motivation pour diminuer la consommation de tabac avant la conférence, respectivement sur une échelle numérique cotée de 0 à 10.

La deuxième partie était constituée des 2 grilles de réponse au quiz de la conférence, l'une pour inscrire les réponses en début de conférence en leur précisant de ne pas corriger avec les réponses une fois la correction donnée, l'autre après l'intervention et correction du quiz.

Il leur était précisé en outre que la note du quiz ne comportait pas de points pour le challenge afin de dissuader les éventuelles tricheries ou corrections.

Enfin, la troisième partie, remplie en fin de conférence, questionnait tous les élèves sur leur intérêt pour cette conférence. Ils devaient citer une chose qui les avait marqués, et qualifier l'apprentissage et l'intérêt de la conférence en choisissant parmi « un peu, beaucoup ou pas du tout ».

Enfin les fumeurs devaient de nouveau réévaluer leur motivation pour arrêter et diminuer de fumer à la suite de la conférence sur une échelle numérique de 0 à 10. Un espace de commentaire libre était également à disposition des répondants.

Les questionnaires auto-administrés à J0 aux lycéens ont été récupérés immédiatement à la fin de la conférence.

B) L'inclusion des fumeurs

Les fumeurs participants devaient alors se présenter à l'un des intervenants pour faire connaître leur consommation de tabac et faire évaluer leur taux de CO.

Nous avons averti tous les challengers que des contrôles inopinés pouvaient avoir lieu durant l'ensemble du challenge, afin de les motiver à maintenir leurs efforts durant toute la durée de l'intervention. Ces tests intermédiaires ont effectivement eu lieu dans tous les lycées.

Il a été décidé en accord avec mes co-thésards de traiter les consommations maximums, c'est à dire que lors d'un intervalle de réponse donné par les fumeurs pour estimer leur consommation, nous analysions la valeur supérieure de l'intervalle, en partant de l'idée que les lycéens pouvaient avoir tendance à minorer leurs déclarations.

C) Le questionnaire à J30

Nous sommes repassés un mois plus tard dans chaque classe participante. Les challengers ont de nouveau soufflé afin d'évaluer le taux de CO et tous les élèves ont remplis un nouveau questionnaire. Celui-ci demandait notamment aux fumeurs de déclarer leur consommation de tabac au moment du contrôle soit à 1 mois et d'évaluer l'évolution de celle-ci au cours du mois écoulé (inchangée, arrêtée, augmentée, diminuée).

De plus, plusieurs items permettant d'évaluer l'impact du CIL sur leur motivation d'arrêt et/ou de diminution de leur consommation tabagique leur était consacrés :

- Motivation à arrêter/diminuer durant le mois du challenge en répondant par Pas du tout/ un peu/ ou beaucoup
- Motivation à arrêter/diminuer dans quelques semaines ou mois suivant le CIL (pas du tout/ un peu/ beaucoup)
- Puis évaluer la motivation à arrêter et/ou diminuer sa consommation en 2020 sur une échelle numérique de 0 (pas du tout motivé) à 10 (déterminé à changer)

Il leur était ensuite demandé de répondre à cinq questions ayant trait aux connaissances transmises lors de la conférence motivationnelle par rapport au tabac. Ces questions ont fait l'objet d'une analyse statistique. Ce nombre restreint de questions était rendu nécessaire par la durée d'intervention de cette étape finale pendant laquelle nous intervenions pendant un cours, avec consigne de ne pas dépasser les dix minutes d'intervention, test inclus.

Enfin, tous les élèves étaient amenés à se prononcer sur les faits marquants de ce challenge, leur intérêt ou leur désapprobation. Le questionnaire se terminait par 3 mots qui selon eux, qualifiaient au mieux le challenge. Une zone de commentaire libre se trouvait en bas de page.

Par ailleurs, il est apparu que certains questionnaires avaient été remplis de manière évidemment aberrante (âge, sexe ou consommation tabagique avec des valeurs absurdes). Nous avons alors décidé d'exclure ces questionnaires car cela aurait pu fausser les résultats. Tous les autres questionnaires, y compris ceux remplis par des élèves ne souhaitant pas participer au Challenge ont été étudiés. Nous avons considéré qu'ils avaient bénéficié de la conférence motivationnelle et donc de notre intervention.

V- Les réseaux sociaux

Les supporters avaient quant à eux pour mission de motiver et d'encourager les challengers à poursuivre leurs efforts d'arrêt ou de diminution du tabagisme. Ils étaient également invités à réaliser des actions préventives sur les réseaux sociaux (Instagram) via la production de vidéos, photos, dessins ou chansons, en fonction de leur créativité et de leur imagination. Il y avait deux comptes Instagram, l'un pour la Nouvelle-Aquitaine et l'autre pour la région Grand-Est.

Pour impulser une dynamique sur les réseaux sociaux, l'association PREV'ENBUS a mis en place 4 défis sur son compte Instagram :

- 1er défi : faire un dessin de prévention de lutte contre le tabac.
- 2ème défi : création du logo du CIL contre le tabac.
- 3ème défi : réalisation d'une chanson avec des mots imposés.
- 4ème défi : obtenir le soutien d'une personnalité française ou internationale.

Ainsi, chaque post permettait à la classe émettrice de récupérer des points supplémentaires pour améliorer son score final, en plus de ceux obtenus par les fumeurs qui diminuaient ou arrêtaient leur consommation tabagique.

Par ailleurs, les familles ou le personnel des établissements scolaires pouvaient aussi soutenir les élèves ; il leur suffisait de notifier sur papier libre ou sur Instagram qu'ils soutenaient n'importe quelle classe de leur choix dans chaque lycée, ce qui rapportait par la même occasion des points à la classe concernée.

VI- Méthodes d'évaluation de l'étude

La motivation des élèves est scindée en motivation à diminuer et motivation à arrêter le tabac, et chacune d'entre elle est mesurée par une échelle numérique cotée de 0 à 10. Cette mesure est réalisée avant et après la conférence motivationnelle à J0 ainsi qu'à la fin du challenge à J30, ce qui permet d'évaluer l'évolution de la motivation dans le temps.

Le critère de jugement principal est la recherche d'un lien statistique entre le score moyen de motivation à J30 et la consommation tabagique à J30, après avoir au préalable comparé les scores moyens de motivation des lycéens avant et après la conférence à J0 et à J30 à l'issue du challenge. (Evolution de la consommation tabagique étudiée par Vincent BUCHSENSCHUTZ et Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY).

L'engagement des lycéens quant à lui, est rationalisé par le taux d'engagement.

La satisfaction des élèves est évaluée tout d'abord :

- En quantifiant le nombre d'élèves ayant répondu aux différentes questions à réponses fermées « NON PAS DU TOUT, UN PEU ou BEAUCOUP » de satisfaction proposées sur l'apprentissage et l'appréciation du CIL 2019.
- Puis en répertoriant les réponses aux différentes questions à réponses ouvertes de satisfaction proposées « ce que vous avez apprécié le plus durant le CIL 2019 ; ce que vous avez apprécié le moins ; définissez le CIL 2019 en 3 mots ».

VII- Analyse des données

A) Notions d'information statistique et typologie des variables

En statistique, on s'intéresse à des **unités d'observation** ou **unités statistiques** qui peuvent être des individus, des établissements, des entreprises, des ménages, des communes, des départements, des régions, des pays, ... Ainsi, l'unité d'observation représente donc l'élément de base pour toute analyse de données statistiques.

De plus, l'ensemble des unités statistiques sur lesquelles l'on quantifie des informations constitue la **population** (univers). Un **échantillon** représente un sous-ensemble. L'étude d'un échantillon a pour but de tirer des conclusions qui sont fonction de la population dont il est issu.

Par ailleurs, une **variable statistique** ou **caractère** est une grandeur ou modalité définie sur une population (échantillon) d'individus et susceptible d'être observée. Elle peut être la taille, la catégorie socioprofessionnelle, le poids, le sexe, ... L'ensemble des valeurs possibles ou des modalités est appelé le **domaine** de la variable statistique.

En statistique, il est impératif de connaître le type de données étudiées. En effet, lorsqu'on regarde les variables statistiques, elles sont de deux types à savoir les variables de type **qualitatif** et les variables de nature **quantitative**.

Variable qualitative : Une variable qualitative est une variable dont les modalités sont des catégories.

Variable quantitative : Une variable quantitative est une variable dont toutes les valeurs possibles sont numériques (variables de mesure, de comptage ou de dénombrement).

On peut s'intéresser à deux variables mesurées sur les unités d'observation. Pour chaque unité, on obtient donc deux mesures. Chacune des deux variables peut donc être, soit quantitative, soit qualitative.

Dire que deux variables sont corrélées, c'est dire que les variations de l'une dépendent (ou sont fonction) des variations de l'autre.

Deux variables quantitatives sont positivement (respectivement négativement) corrélées lorsqu'elles évoluent dans le même sens (respectivement en sens contraire).

Nous recherchons dans cette thèse une corrélation statistique existant entre la motivation des fumeurs (cotée de 1 à 10 sur l'échelle numérique) et l'évolution de leur consommation tabagique.

B) Méthodes de calcul utilisées

La base de données a été construite par nos soins en numérisant toutes les informations renseignées dans les questionnaires papiers ainsi que les résultats des tests de CO expiré dans des **tableurs du logiciel Microsoft Excel**.

Par la suite, nous avons eu recours à un biostatisticien de l'UFR des sciences médicales et paramédicales de l'université de Marseille, Monsieur Darlin Robert MBA, pour nous aider dans l'analyse des données.

Toutes les analyses (statistiques descriptives univariées et multivariées) ont été réalisées à l'aide du **logiciel R**.

La comparaison des moyennes (entre groupes ou catégories) a été réalisée par une **analyse de la variance** notamment en ce qui concerne l'étude de l'évolution de la motivation et sa corrélation avec l'évolution de la consommation tabagique.

Dans le cas d'un test d'analyse de la variance significatif, ne sachant pas quelles catégories étaient concernées, un **test de Student ou Wilcoxon** a été fait pour comparer les groupes 2 par 2.

Une étude des réseaux sociaux (les deux comptes INSTAGRAM®) a été réalisée avec visualisation de toutes les publications en tout genre, comptabilisation du nombre de « vues », de « j'aime », des commentaires laissés et du nombre d'abonnés afin de d'évaluer l'engagement « social » des lycéens, rationalisé par le **calcul du taux d'engagement**.

Le taux d'engagement (TE) est le reflet de l'activité d'un réseau social, il montre si celui-ci fédère réellement ses abonnés. Un bon TE est généralement inférieur à 10%. Il se calcule ici de la façon suivante :

$$TE (\%) = \frac{\text{engagement (commentaires + likes + posts des élèves)}}{\text{portée (nombre de vues)}} \times 100$$

Les réponses aux questions fermées de satisfaction ont été comptabilisées sur les **tableaux du logiciel Microsoft Excel**.

Les réponses aux questions ouvertes de satisfaction ont été regroupées par domaines et présentées dans différents diagrammes.

C) Présentation des résultats

Tout d'abord nous présentons les données relatives à l'évolution de la motivation des fumeurs, réunies dans un tableau puis illustrées par un graphique de type courbes, respectivement pour les régions NA et GE.

Ensuite un rappel nécessaire des résultats de l'évolution de la consommation tabagique à l'issu du CIL est fait. (cf. thèses de Vincent BUCHSENSCHUTZ et Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY)

Après ce rappel nous analysons la corrélation entre motivation et évolution de la consommation tabagique présentée sous forme de tableau puis illustrée sous forme de graphique de type boîte à moustache pour les régions NA et GE.

L'engagement des lycéens sur les réseaux sociaux quant à lui est résumé dans un tableau.

Enfin les données relatives à la satisfaction des élèves sont réunies dans un tableau et illustrées sous forme de graphique de type « analyse des correspondances multiples », puis de type camembert et histogramme respectivement pour les régions NA et GE.

ANALYSES ET RESULTATS

I- Constitution de l'échantillon

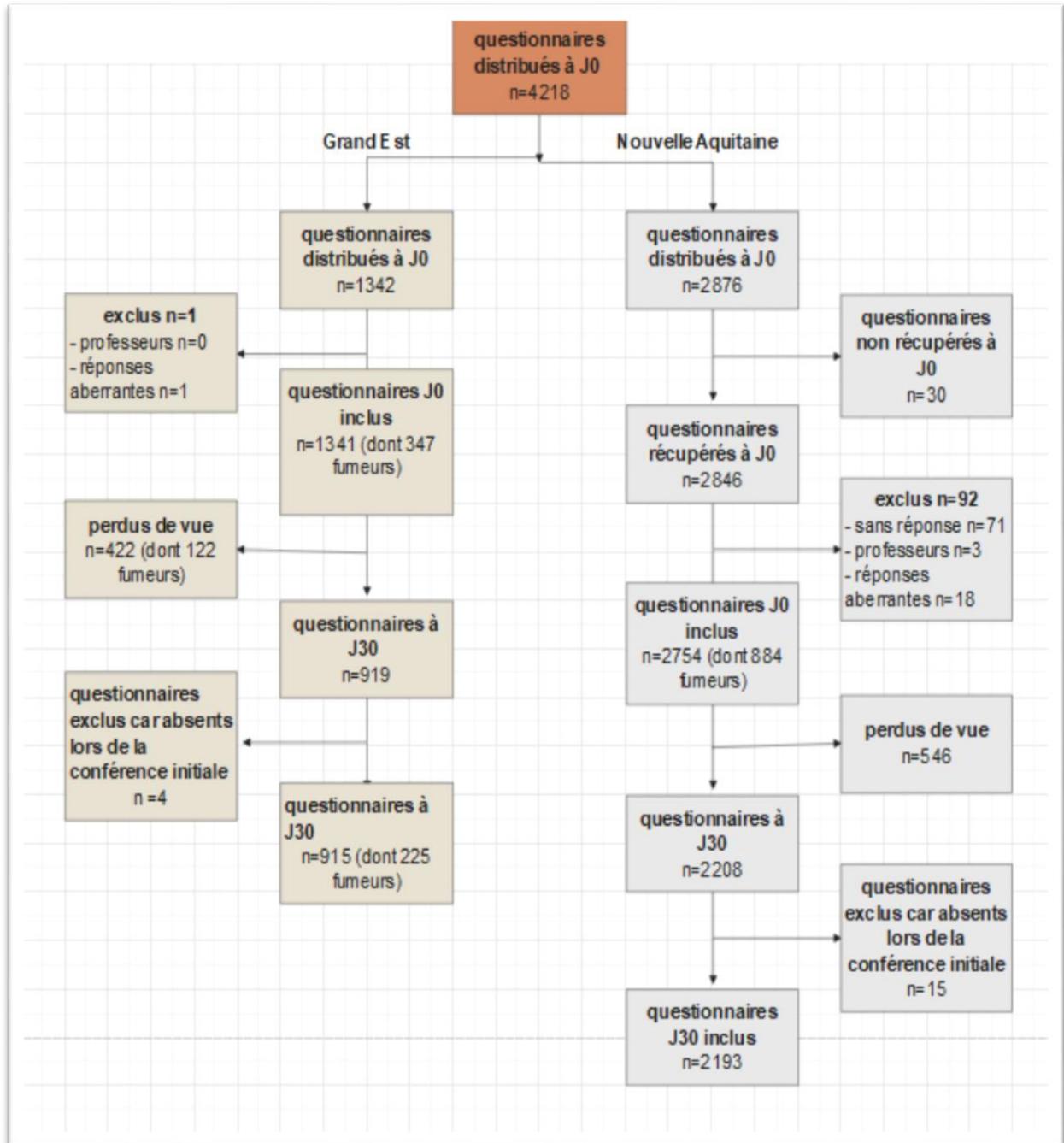


Figure 2 : Flow Chart

Au total lors de la conférence motivationnelle, 4218 questionnaires ont été distribués dans les 25 lycées de NA et GE participants.

II- Evolution de la motivation au changement des fumeurs et corrélation avec l'impact du CIL.

A) Evolution de la motivation au changement des fumeurs

Les fumeurs étaient appelés à estimer leur motivation à diminuer / arrêter leur consommation sur une échelle numérique de 1 à 10, puis à les reporter sur les questionnaires distribués à J0 avant et après la conférence motivationnelle, et à J30 à la fin du challenge.

1. Nouvelle Aquitaine

Tableau 1 : comparaison des motivations moyennes en NA (/10) :

Motivations	Conférence à J0		P-value
	Avant	Après	
A diminuer	4.66(3.67)*	6.38(3.46)*	< 0.0001
A arrêter	3.41(3.42)	4.99(3.57)	< 0.0001
Conférence à J0 et Challenge à J30			
	Avant Conf. J0	Chal. J30	
A diminuer	4.66(3.67)	6.90(2.94)	< 0.0001
A arrêter	3.41(3.42)	5.84(3.05)	< 0.0001
Conférence à J0 et Challenge à J30			
	Après Conf. J0	Chal. J30	
A diminuer	6.38(3.46)	6.90(2.94)	0.0939
A arrêter	4.99(3.57)	5.84(3.05)	< 0.0001

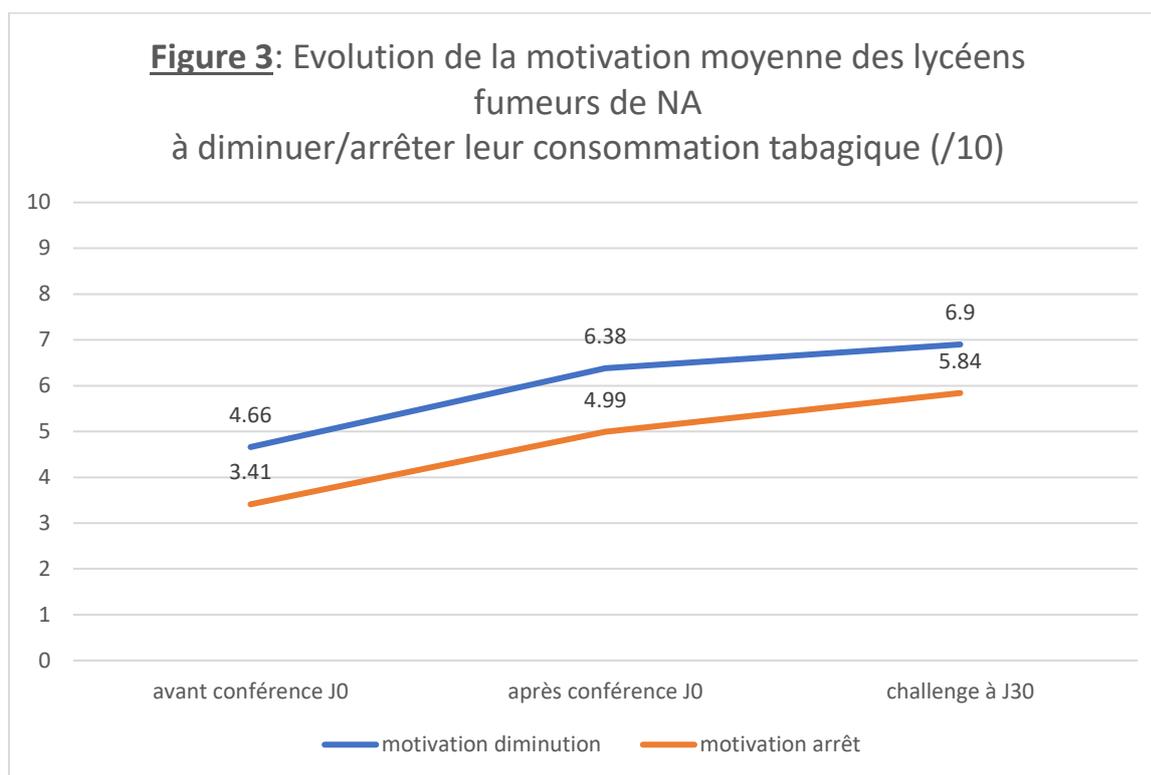
**écart-type entre parenthèses*

La première ligne montre une augmentation significative de la motivation des élèves après la seule conférence motivationnelle à arrêter ou diminuer leur consommation tabagique. L'intervention d'une heure montre déjà une augmentation significative de la motivation.

Il en est de même à la seconde ligne lorsque nous considérons le binôme conférence/challenge. Il existe en effet une différence encore plus marquée entre la motivation avant toute intervention et celle qui est obtenue à l'issue du dispositif complet (conférence + challenge).

A la troisième ligne, seules les données concernant la motivation à l'arrêt sont significatives sur ce groupe.

Le graphique ci-dessous résume les données du tableau 1 :



2. Grand Est

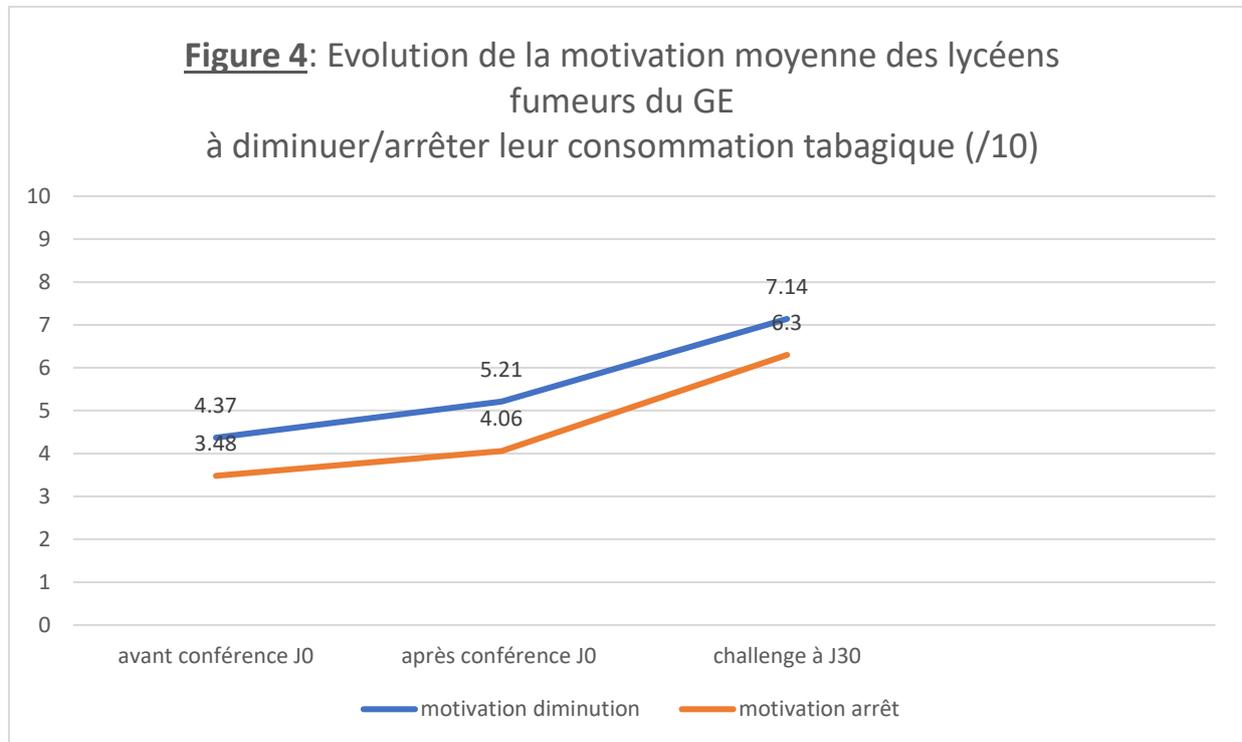
Tableau 2 : comparaison des motivations moyennes au GE (/10) :

Motivations	Conférence à J0		P-value
	Avant	Après	
A diminuer	4.37(3.82)*	5.21(3.99)*	< 0.0001
A arrêter	3.48(3.65)	4.06(3.68)	< 0.0001
Conférence à J0 et Challenge à J30			
	Avant Conf. J0	Chal. J30	
A diminuer	4.37(3.82)*	7.14(3.17)	< 0.0001
A arrêter	3.48(3.65)	6.30(3.29)	< 0.0001
Conférence à J0 et Challenge à J30			
	Après Conf. J0	Chal. J30	
A diminuer	5.21(3.99)*	7.14(3.17)	< 0.0001
A arrêter	4.06(3.68)	6.30(3.29)	< 0.0001

*écart-type entre parenthèses

Ici on observe une motivation significative quelque soit le modèle utilisé : conférence seule, challenge seul ou binôme ; la motivation augmente avant et après la conférence initiale et croit davantage jusqu'à J30.

Le graphique ci-dessous résume les données du tableau 2 :



B) Impact du CIL : évolution de la consommation tabagique

Cette section fait l'objet des thèses de Messieurs Vincent BUCHSENSCHUTZ et Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY respectivement pour les régions NA et GE. Nous rappelons ici les principaux résultats de leur étude nécessaires à la réalisation de notre objectif principal :

1. Nouvelle Aquitaine

Tableau 3 : Description de l'échantillon d'analyse à J30 (n=2193 dont 677 fumeurs).

Variables	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	677	30.87		
Non-fumeur	1516	69.13		
Appréciation du challenge ^a				
Non pas du tout	170	8.67		
Un peu	1223	62.37		
Beaucoup	568	28.96		
Type d'enseignement				
Général	1437	65.53		
Technique	509	23.21		
Professionnel	247	11.26		
Note questionnaire final (/5) ^b			3.78	1.09
Evolution de la consommation ^{+c}				
Arrêt	133	22.20		
Stable	165	27.55		
Augmentation	38	6.34		
Diminution	263	43.91		
Motivation à arrêter de fumer ^{+d} (/10)			5.84	3.05
Motivation à diminuer ^{+e} (/10)			6.90	2.94
Nombre de cigarettes par jour ⁺			2.55	4.14

**Proportion rapportée aux données renseignées ; ⁺Calculé sur les fumeurs ; ^a232 valeurs manquantes ; ^b41 valeurs manquantes ; ^c78 valeurs manquantes ; ^d172 valeurs manquantes ; ^e192 valeurs manquantes*

En termes de consommation de cigarettes, 43.91 % ont déclaré avoir diminué leurs consommations de cigarettes et 22.20% ont déclaré avoir arrêté ; tandis que 27.55 % pensent n'avoir pas changé leurs habitudes de consommation, et 6.34% disent les avoir augmentées.

En conclusion : l'engagement des fumeurs de NA a été notoire avec un taux de 66.11% de diminution/arrêt de la consommation tabagique.

2. Grand-Est

Tableau 4 : Description de l'échantillon d'analyse à J30 (n=915 dont 225 fumeurs).

Variables	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	225	24.59		
Non-fumeur	690	75.41		
Appréciation du challenge ^a				
Non pas du tout	68	8.03		
Un peu	439	51.83		
Beaucoup	340	40.14		
Type d'enseignement				
Général	623	68.09		
Technique	205	22.40		
Professionnel	87	9.51		
Note questionnaire final (/5) ^b			4.08	1.03
Evolution de la consommation ^{+c}				
Arrêt	71	36.41		
Stable	40	20.51		
Augmentation	9	4.62		
Diminution	75	38.46		
Motivation à arrêter de fumer ^{+d} (/10)			6.30	3.29
Motivation à diminuer ^{+e} (/10)			7.14	3.17
Nombre de cigarettes par jour ⁺			1.59	3.24

*Proportion rapportée aux données renseignées ; +Calculé sur les fumeurs ; ^a68 valeurs manquantes ; ^b19 valeurs manquantes ; ^c30 valeurs manquantes ; ^d56 valeurs manquantes ; ^e58 valeurs manquantes

En termes de consommation de cigarettes, 38.46 % ont déclaré avoir diminué leurs consommations de cigarettes et 36.41% ont déclaré avoir arrêté ; tandis que 20.51% pensent n'avoir pas changé leurs habitudes de consommation, et 4.62% disent les avoir augmentées.

En conclusion : l'engagement des fumeurs du GE est comparable à celui des fumeurs de NA avec un taux de 74.87% de diminution/arrêt de la consommation tabagique.

Il persiste tout de même un pourcentage non négligeable (33.89% en NA et 25.13% en GE) d'élèves déclarant ne pas changer leurs habitudes de consommation ou les augmenter.

C) Analyse de la corrélation entre la motivation des fumeurs et l'impact du CIL

1. Nouvelle Aquitaine

Tableau 5 : corrélation motivation/impact CIL en NA à J30

Evolution de la consommation					
Motivations	Arrêt	Augmentation	Diminution	Stable	P-value
A diminuer	8.27	5.88	7.41	5.40	<0.0001
A arrêter	8.23	4.53	6.03	4.20	<0.0001

Figure 5 : Distribution de la motivation à diminuer en NA à J30 (/10).

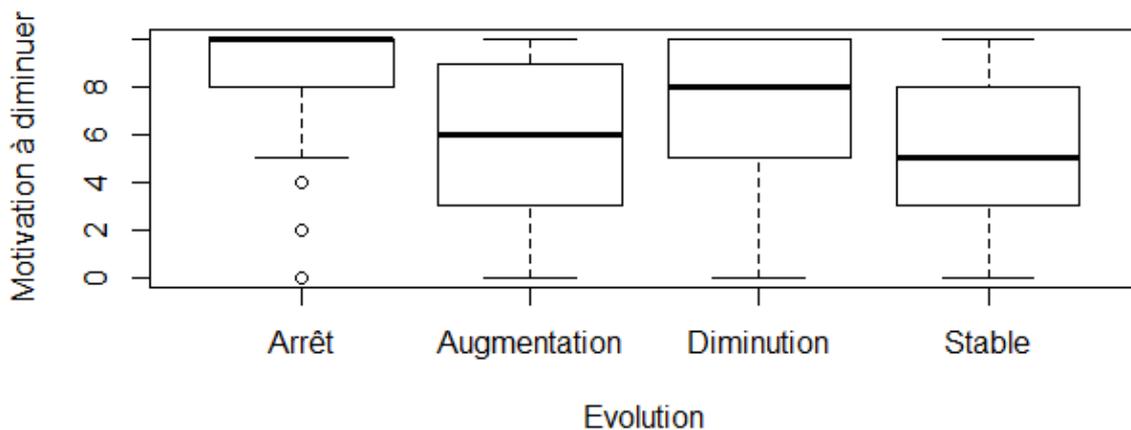
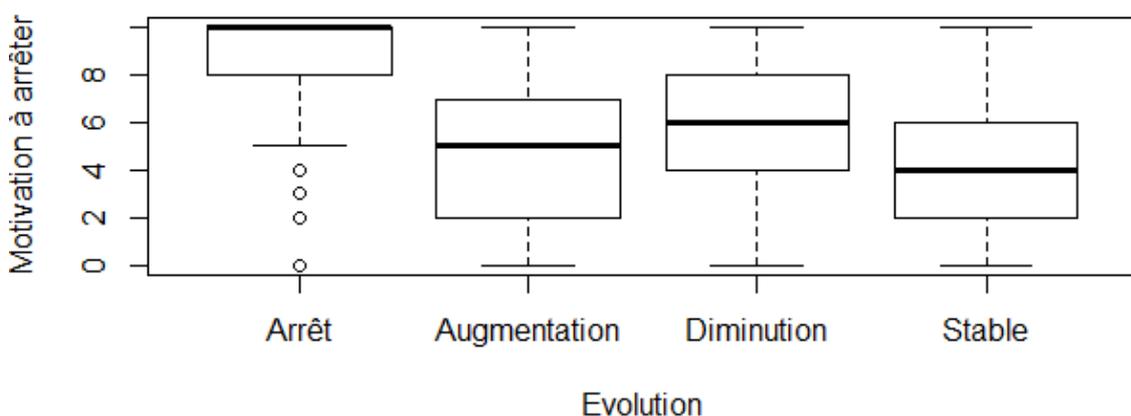


Figure 6 : Distribution de la motivation à arrêter en NA à J30 (/10).



Les élèves de NA ayant déclaré avoir arrêté ou diminué de fumer ont une motivation à diminuer/arrêter statistiquement supérieure à ceux ayant déclaré avoir augmenté ou n'ayant pas changé leurs habitudes de consommation ($p < 0.0001$).

2. Grand Est

Tableau 6 : corrélation motivation/impact CIL en GE à J30

Motivations	Evolution de la consommation				P-value
	Arrêt	Augmentation	Diminution	Stable	
A diminuer	8.88	5.22	7.26	4.65	<0.0001
A arrêter	8.70	3.67	5.93	3.84	<0.0001

Figure 7 : Distribution de la motivation à diminuer en GE à J30 (/10).

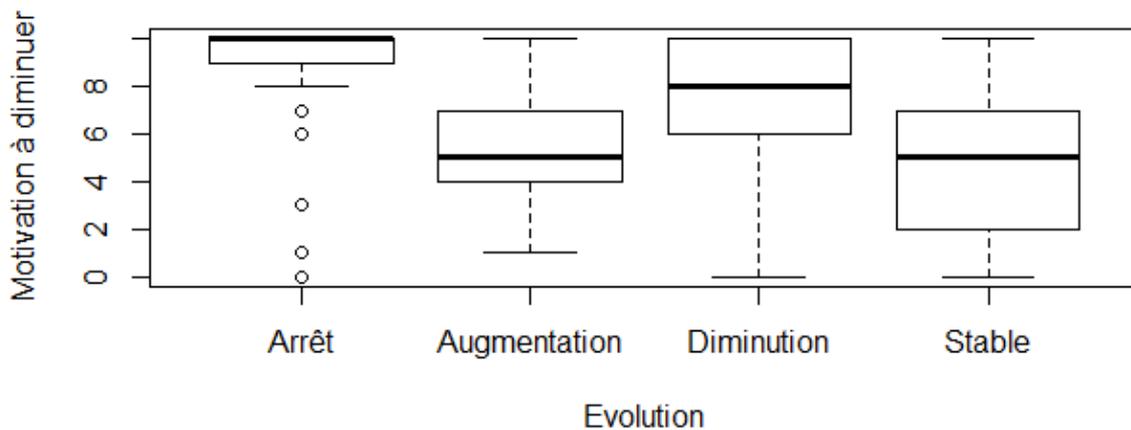
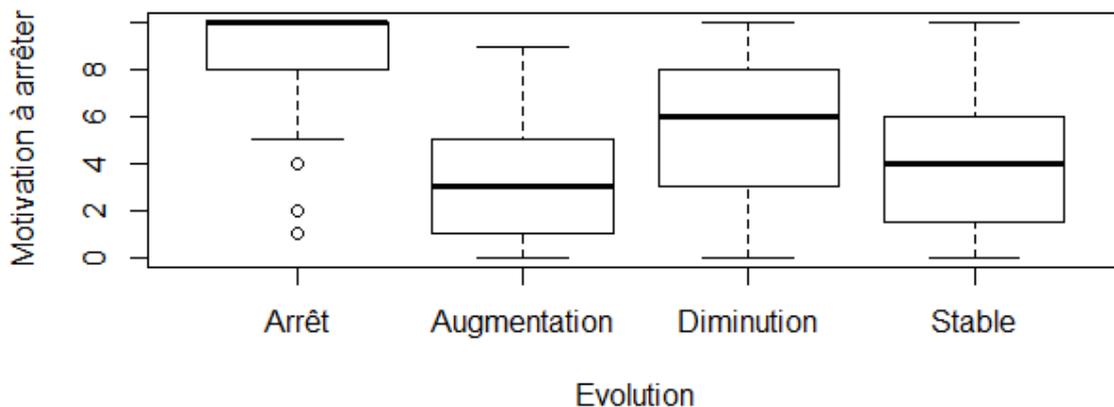


Figure 8 : Distribution de la motivation à arrêter en GE à J30 (/10).



Les élèves du GE ayant déclaré avoir arrêté de fumer ont une motivation à diminuer/arrêter statistiquement supérieure à ceux ayant déclaré avoir augmenté ou n'ayant pas changé leurs habitudes de consommation ($p < 0.0001$).

Sur les 2 populations, l'impact du CIL est bien corrélé à la motivation.

III- Etude de l'engagement des lycéens sur les réseaux sociaux et de son influence sur les résultats du CIL

A) Etat des lieux des différents comptes INSTAGRAM® à l'issu du CIL

Les « supporters » des classes devaient publier des créations, photos ou vidéos originales sur le thème de la lutte contre le tabac afin de motiver les fumeurs de leurs classes à diminuer et/ou arrêter de fumer, ce qui leur rapportait des points en plus de ceux obtenus par les résultats positifs des fumeurs.

Pour animer la page INSTAGRAM®, des défis étaient proposés aux lycéens afin de maintenir leur motivation. De plus nous prenions de leur nouvelles pendant le challenge et nous les questionnions sur leur consommation de tabac en cours.

Dans le tableau ci-dessous, est synthétisée l'activité sur les réseaux sociaux des lycéens des deux régions :

Tableau 7 : Présentation des comptes INSTAGRAM® du CIL 2019

Instagram	<i>challenge_interlycees Nouvelle-Aquitaine (NA)</i>	<i>challenge tabac 2019 Grand-Est (GE)</i>	TOTAL
Abonnés	513	304	817
Publications des élèves	319	621	940
Nombre de « j'aime »	14 735	8 633	23 368
Portée (nombre de « vues »)	27 985	21 550	49 535
Commentaires	557	84	641
Taux d'engagement %	56	43	50

Ce tableau montre en un clin d'œil l'investissement notable des « supporters » pour le soutien de leurs pairs fumeurs.

Les quinze lycées de NA et les dix lycées de GE se sont fortement mobilisés sur les réseaux sociaux avec les deux régions confondues :

- Plus de 900 publications
- Plus de 23 000 « j'aime »
- Près de 50 000 vues
- Un taux d'engagement record de 50%

Des Images, dessins, vidéos créatives, montages vidéo, interventions de personnalités publiques, micros-trottoirs, etc.... foisonnèrent sur les pages INSTAGRAM®. Nous avons constitué un inventaire des défis réalisés et un échantillon des publications des lycéens consultables dans la section **Annexes 5 et 6** de cette thèse.

De plus l'engagement des non-fumeurs est allé encore plus loin que la simple expression de leur soutien aux fumeurs sur les réseaux sociaux. Certaines classes de première ont créé leur propre conférence, basée sur notre modèle mais en se l'appropriant à leur façon afin d'élargir la prévention à leurs pairs plus jeunes. Il s'agit des :

- **Première G7 du Lycée St Exupéry de Parentis en Born** qui a reproduit la conférence motivationnelle auprès de deux classes de sixième du collège de la ville. Ils ont créé leur propre diaporama contenant aussi un quiz didactique sur les dangers du tabac.
- **Première G3 (PG3) du Lycée Valin de La Rochelle** qui a reproduit la conférence motivationnelle auprès des classes de Seconde de leur Lycée sur le même principe du Lycée de Parentis.

Ces créations de ces lycéens ont rencontré un soutien majeur des infirmières scolaires qui ont rendu leur projet possible avec la présentation de leur conférence directement dans les classes (soit des miniconférences devant 25 à 30 personnes plus 1 professeur) ou l'amphithéâtre dédié aux représentations lorsque ce moyen était disponible dans l'établissement.

Des personnalités politiques leur ont manifesté leur soutien comme le Maire de La Rochelle pour la PG3 du Lycée Valin.

Cette riche expérience a ainsi permis à ces élèves de développer davantage leur autonomie et leurs capacités de leadership. (cf. **Annexe 7**)

B) Influence de l'engagement des lycéens sur les résultats du CIL

Il y a eu une importante présence sur les réseaux sociaux comme détaillé ci-dessus durant la phase challenge du CIL. Et, selon les résultats de l'évolution de la motivation des fumeurs au chapitre précédent, il y a une augmentation significative de la motivation à arrêter en NA ($p < 0.0001$) et à arrêter/diminuer en GE ($p < 0.0001$) lors de ce même challenge.

Ces résultats supposent une influence de l'engagement « social » des lycéens sur l'impact du CIL dans l'ensemble des 2 régions.

L'observation des commentaires libres des élèves et de leurs appréciations (écrits en bleu) à l'issue du challenge à J30 illustre ce fait :

Concernant les leviers de leur motivation au changement, les fumeurs du CIL 2019 répondaient pour la plupart « S'entraider à arrêter » ou « Les vidéos de soutien » ou encore « Le groupe Instagram » ou encore « Le challenge sur Instagram » et « Le soutien de la classe ».

Cet engouement des non-fumeurs sur Instagram provoquait chez leurs pairs « La motivation pour diminuer de fumer » et « Arrêter, et me donner la motivation d'arrêter ».

Les fumeurs reconnaissent avoir aimé « Le fait d'arrêter de fumer et les amis qui m'ont aidé » ou encore « Mes amis m'ont aidé à arrêter de fumer ».

Les non-fumeurs ayant vu « Les fumeurs qui fument moins » et « le nombre de fumeurs qui font des efforts » étaient de surcroît motivés à leur tour à déployer leur zèle sur les réseaux sociaux afin de « Soutenir les autres, les fumeurs » et « Aider les fumeurs à arrêter de fumer ».

« L'encouragement et la détermination », « Avoir un objectif à atteindre » ; « Le concept pour diminuer sa consommation » ; « Les défis, les challenges, partager sur les réseaux sociaux » ; « La créativité des autres équipes » a entraîné « La cohésion de la classe ».

Le tout se déroulait dans une « bonne ambiance », « drôle » ; « Le côté concours » étant « sympa ».

Pendant nous ne pouvons pas rechercher de lien statistique entre l'engagement des élèves sur les réseaux sociaux et l'évolution de la consommation tabagique des fumeurs car la comptabilisation du nombre de publications, vues, « j'aime »...de chaque compte INSTAGRAM® correspond à des données agrégées sur une région et non sur chaque individu ou classe ; il aurait fallu reprendre l'origine de chaque publication pour comparer l'engagement de chaque classe à son évolution de consommation tabagique propre mais nous n'avons pas suffisamment de données pour effectuer cela.

Toutefois l'hypothèse de l'influence de l'engagement des lycéens sur l'impact du CIL est discutée dans la dernière partie cette thèse en la comparant avec les données de la littérature sur le sujet.

IV- Evaluation de la satisfaction des lycéens concernant le CIL 2019

- A) L'autoévaluation de l'apprentissage et l'appréciation avant et immédiatement après la conférence à JO

Les élèves étaient amenés à noter sur le questionnaire le niveau de leur apprentissage et leur appréciation lors de la conférence motivationnelle en choisissant entre : **non pas du tout ; un peu ; et beaucoup**.

1. Nouvelle Aquitaine

Tableau 8 : Description de l'échantillon d'analyse à J0 (n=2754) en NA

Variab les	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	884	32.10		
Non-fumeur	1870	67.90		
Sexe ^a				
Hommes	1277	47.26		
Femmes	1425	52.74		
Type d'enseignement				
Général	1620	58.82		
Technique	646	23.46		
Professionnel	488	17.72		
Apprentissage lors de la conf. ^b				
Non pas du tout	70	3.09		
Un peu	1041	45.94		
Beaucoup	1155	50.97		
Appréciation de la conf. ^c				
Non pas du tout	131	5.84		
Un peu	1126	50.20		
Beaucoup	986	43.96		
Age ^d			15.95	0.68
Note quest. avant la conf. ^e (/20)			9.00	2.80
Note quest. après la conf. ^f (/20)			17.17	2.83

*Proportion rapportée aux données renseignées ; ^a52 valeurs manquantes ; ^b488 valeurs manquantes ; ^c511 valeurs manquantes ; ^d32 valeurs manquantes ; ^e30 valeurs manquantes ; ^f40 valeurs manquantes

Parmi ces lycéens de NA, 96.91 % ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence et 94.16 % l'ont appréciée.

2. Grand Est

Tableau 9 : Description de l'échantillon d'analyse à J0 (n=1341) en GE

Variables	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	347	25.88		
Non-fumeur	994	74.12		
Sexe ^a				
Hommes	574	44.63		
Femmes	712	55.37		
Type d'enseignement				
Général	787	58.69		
Technique	278	20.73		
Professionnel	276	20.58		
Apprentissage lors de la conf. ^b				
Non pas du tout	41	4.13		
Un peu	528	53.17		
Beaucoup	424	42.70		
Appréciation de la conf. ^c				
Non pas du tout	70	7.19		
Un peu	497	51.03		
Beaucoup	407	41.78		
Age ^d			16.12	0.70
Note quest. avant la conf. ^e (/20)			8.89	2.77
Note quest. après la conf. ^f (/20)			17.23	3.04

*Proportion rapportée aux données renseignées ; ^a55 valeurs manquantes ; ^b348 valeurs manquantes ; ^c367 valeurs manquantes ; ^d42 valeurs manquantes ; ^e17 valeurs manquantes ; ^f29 valeurs manquantes

Parmi les lycéens de GE, 95.87 % ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence et 92.81 % l'ont appréciée.

B) L'appréciation du challenge à l'issue du dispositif complet à J30

1. Nouvelle Aquitaine

- Les élèves étaient amenés à noter sur le questionnaire le niveau de leur appréciation du challenge en choisissant entre : ***non pas du tout ; un peu ; et beaucoup.***

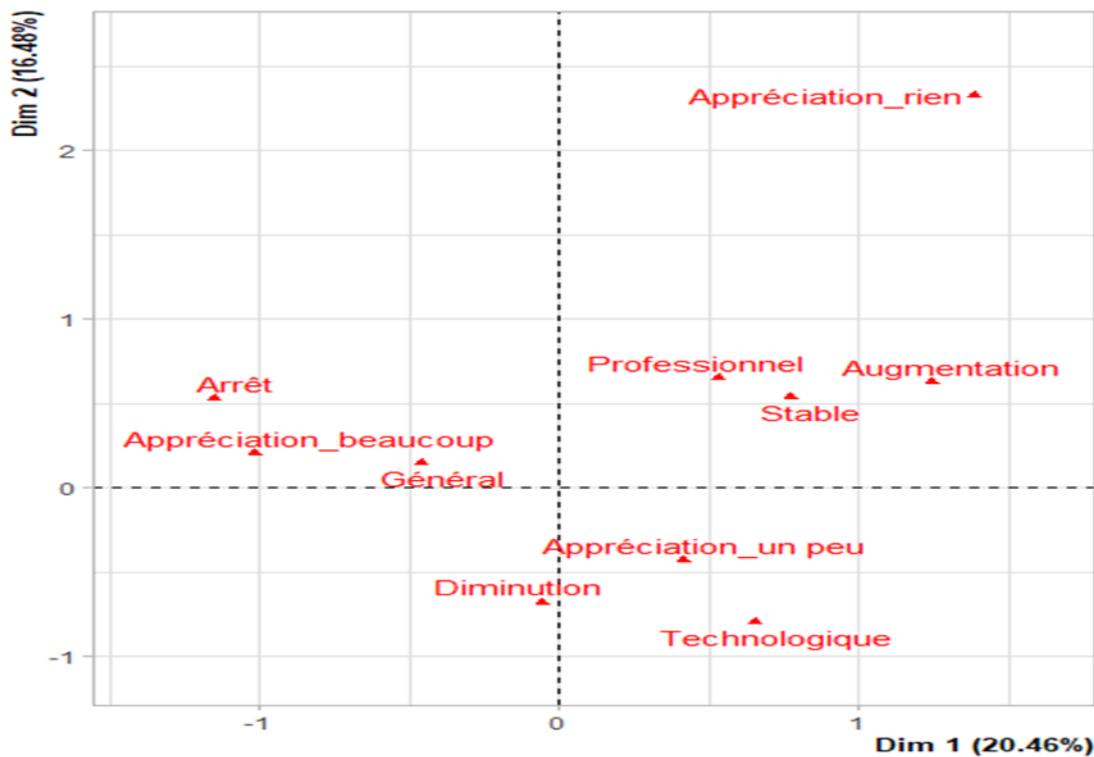
Tableau 10 : Description de l'échantillon d'analyse à J30 (n=2193 dont 677 fumeurs) en NA

Variables	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	677	30.87		
Non-fumeur	1516	69.13		
Appréciation du challenge ^a				
Non pas du tout	170	8.67		
Un peu	1223	62.37		
Beaucoup	568	28.96		
Type d'enseignement				
Général	1437	65.53		
Technique	509	23.21		
Professionnel	247	11.26		
Note questionnaire final (/5) ^b			3.78	1.09
Evolution de la consommation ^{+c}				
Arrêt	133	22.20		
Stable	165	27.55		
Augmentation	38	6.34		
Diminution	263	43.91		
Motivation à arrêter de fumer ^{+d} (/10)			5.84	3.05
Motivation à diminuer ^{+e} (/10)			6.90	2.94
Nombre de cigarettes par jour ⁺			2.55	4.14

**Proportion rapportée aux données renseignées ; ⁺Calculé sur les fumeurs ; ^a232 valeurs manquantes ; ^b41 valeurs manquantes ; ^c78 valeurs manquantes ; ^d172 valeurs manquantes ; ^e192 valeurs manquantes*

Parmi ces lycéens de NA, 91.33 % ont apprécié le challenge à l'issue de ce dernier.

Figure 9 : analyse des correspondances multiples autour de l'appréciation en NA



Les élèves ayant déclaré la stabilité ou l'augmentation de leur consommation étaient majoritairement issus des lycées d'enseignement professionnel et n'avaient pas apprécié le challenge.

Les élèves ayant déclaré l'arrêt de leur consommation étaient pour la plupart issus de l'enseignement général et avaient beaucoup apprécié le challenge.

Par ailleurs, les élèves ayant déclaré la diminution de leur consommation étaient en majorité issus de l'enseignement technique et avaient peu apprécié le challenge.

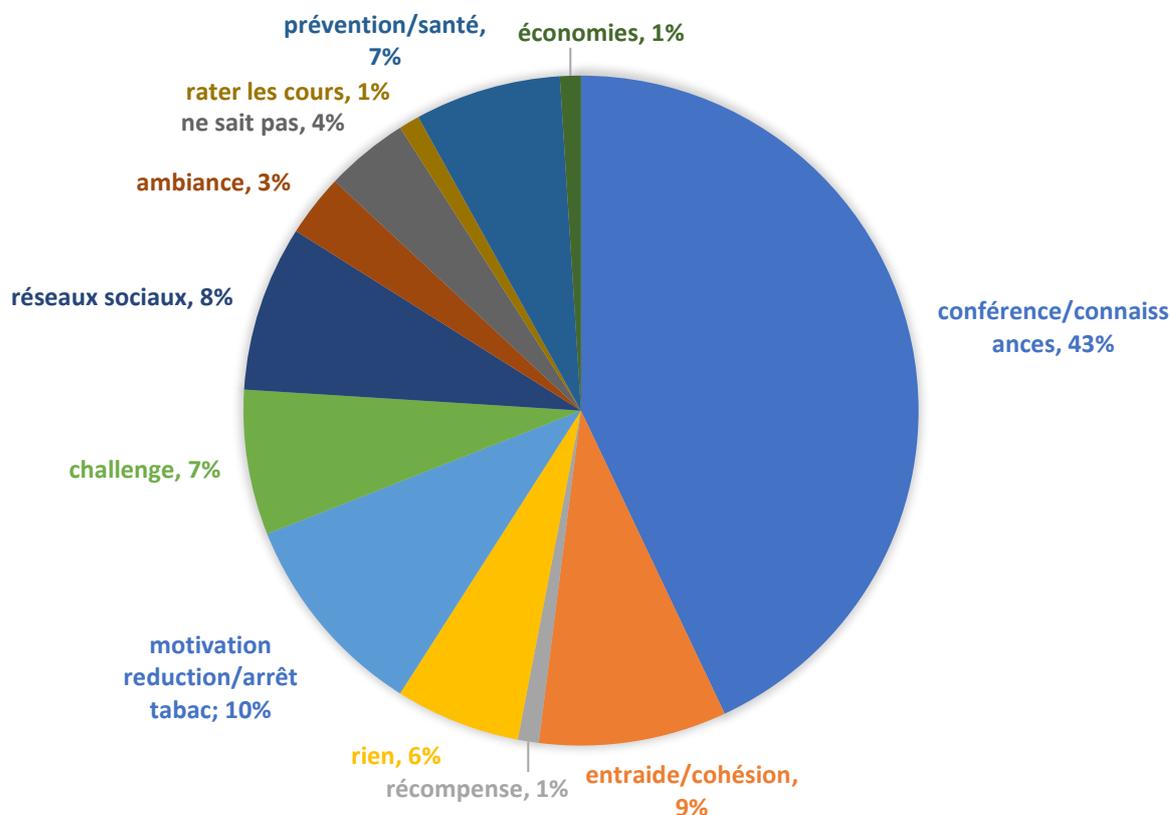
- A la fin du challenge, nous avons sur le questionnaire final à J30 posé cette question aux lycéens :

« Ce qui vous a le plus marqué et ce que vous avez aimé durant ce challenge »

Sur 2193 questionnaires finaux, 49% des élèves (n=1072) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents items évoqués par les lycéens :

Figure 10: « ce qui vous a le plus marqué et ce que vous avez aimé durant ce challenge en NA »



On observe quatre principaux items les plus appréciés par les lycéens de NA :

- **La conférence (43%)** : avec son quizz, l'intervention des investigateurs et les connaissances acquises par les élèves.
- **La motivation de chacun à l'arrêt/réduction du tabagisme (10%)**.
- **L'entraide/cohésion (9%)** : reflet du sentiment de solidarité des classes durant le challenge.
- **Les réseaux sociaux (8%)** : publications Instagram en tout genre.

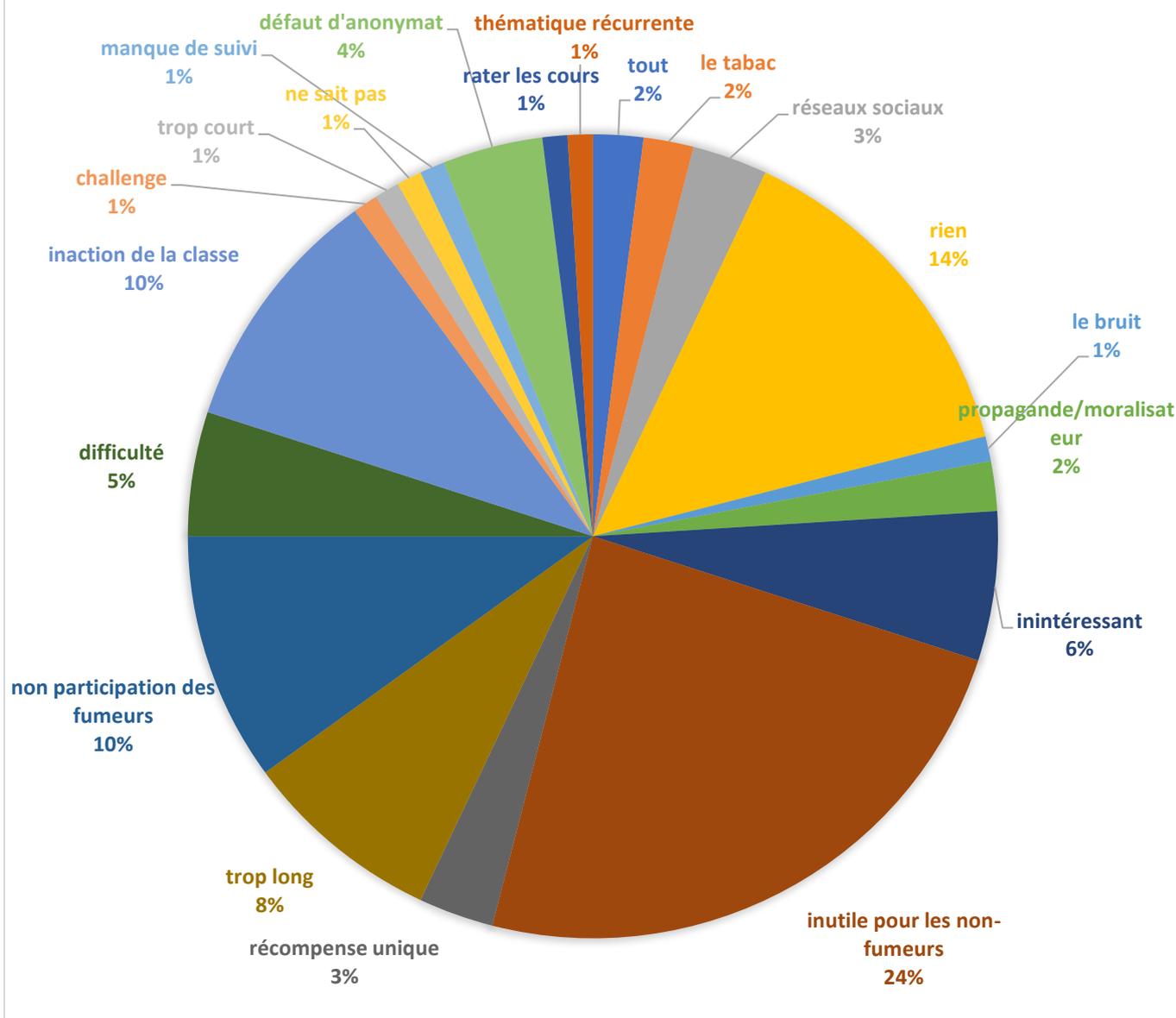
- De la même manière, nous avons sur le questionnaire final à J30 posé cette question aux lycéens :

« Ce que vous n'avez pas aimé durant ce challenge »

Sur 2193 questionnaires finaux, 11% des élèves (n=233) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents items évoqués par les lycéens :

Figure 11: « Ce que vous n'avez pas aimé durant ce challenge en NA »



On observe quatre principaux items les moins appréciés par les lycéens de NA :

- **Inutile pour les non-fumeurs (24%)** : ces élèves non-fumeurs ayant répondu ne se sentaient pas concernés par le challenge qui pour eux était exclusivement dédié aux fumeurs.
- **Rien (14%)** : ces élèves trouvent qu'il n'y a rien de non appréciable, ils ont donc tout aimé.
- **L'inaction de la classe (10%)** : les non-fumeurs ou fumeurs frustrés de l'inactivité et la non-participation de leur classe au challenge.

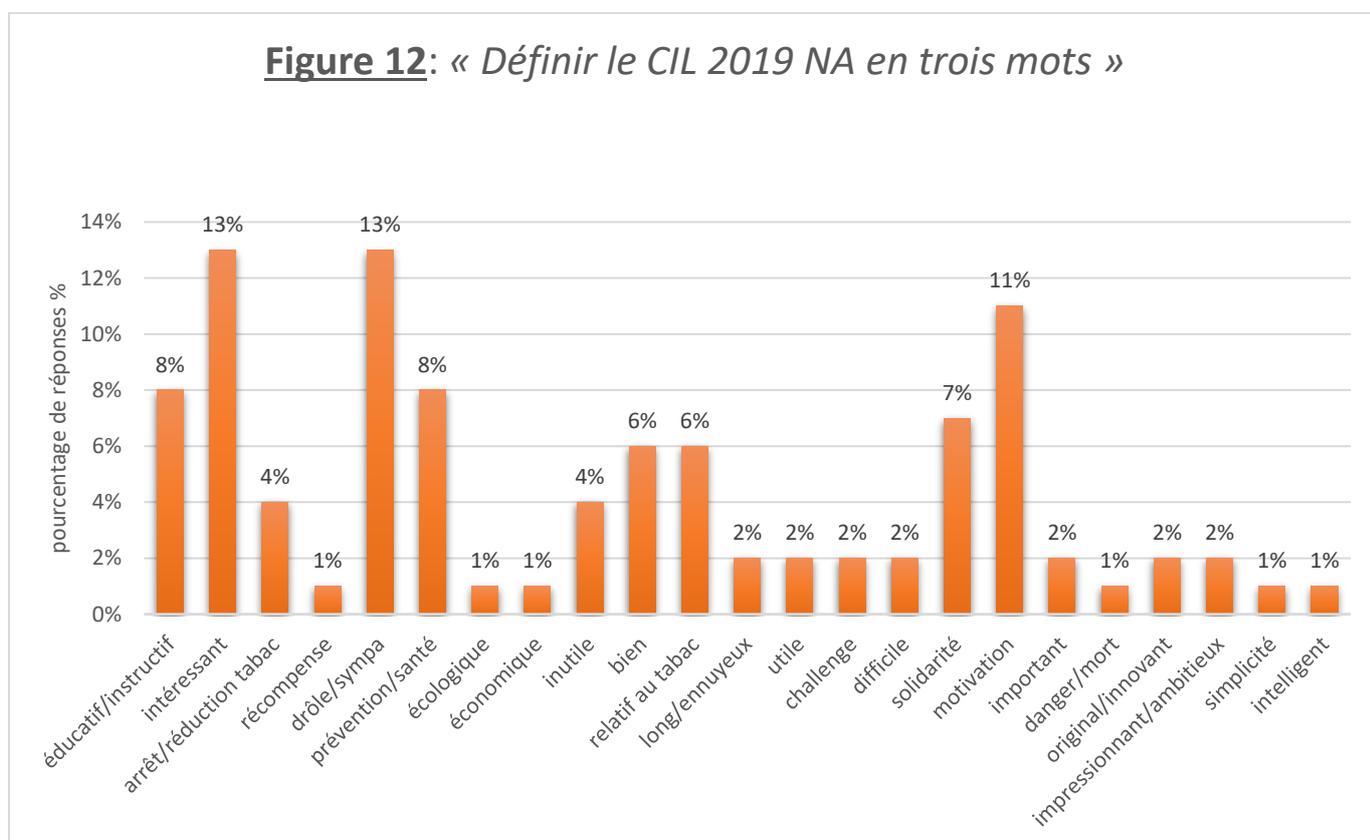
- **La non-participation des fumeurs (10%)** : les fumeurs qui ne voulaient pas changer leurs habitudes.

- Pour finir, nous avons sur le questionnaire à J30 demandé aux lycéens de :

« Définir le CIL 2019 en trois mots »

Sur 2193 questionnaires finaux, 67% des élèves (n=1464) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents mots évoqués par les lycéens :



Les trois mots qui définissent le plus l'édition 2019 du CIL en NA sont :

- Intéressant (13%)
- Drôle/sympa (13%)
- Motivation (11%)

2. Grand Est

- Les élèves étaient amenés à noter le niveau de leur appréciation du challenge en choisissant entre : ***non pas du tout ; un peu ; et beaucoup.***

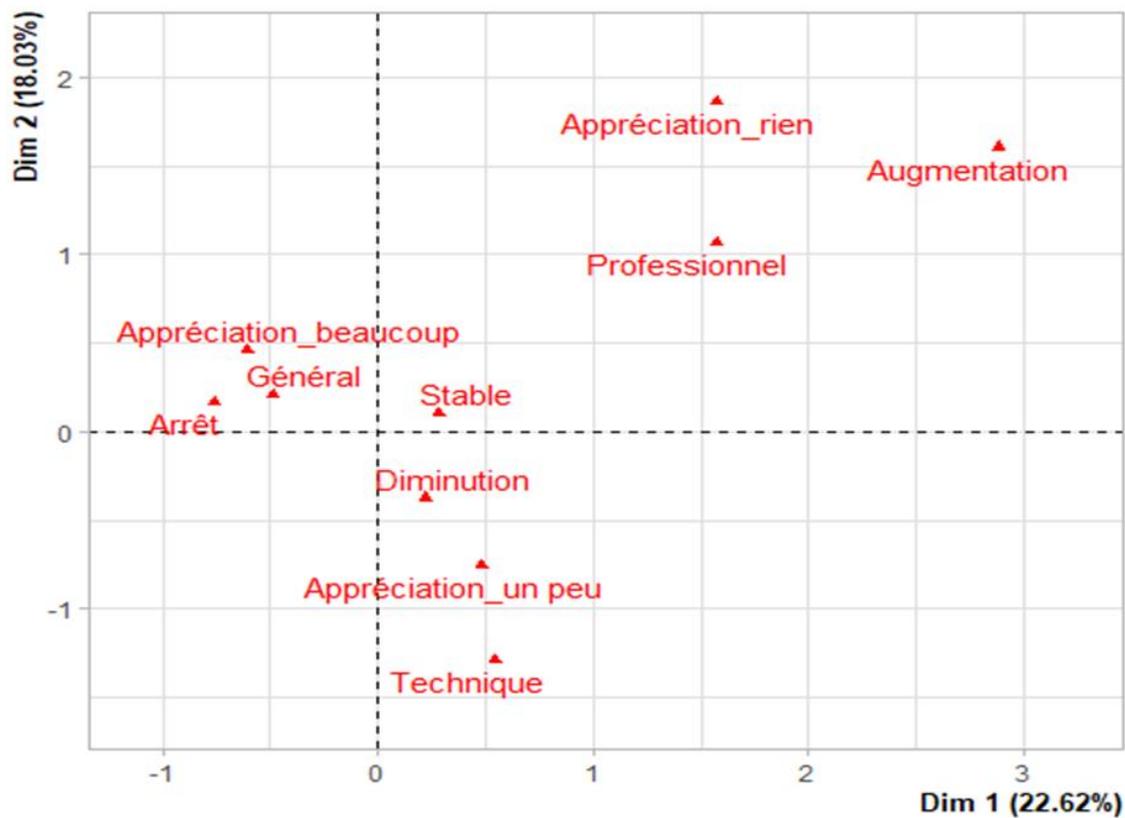
Tableau 11 : Description de l'échantillon d'analyse à J30 (n=915 dont 225 fumeurs) en GE

Variab les	Effectif	Proportion* (%)	Moyenne	Ecart-type
Tabagisme				
Fumeur	225	24.59		
Non-fumeur	690	75.41		
Appréciation du challenge ^a				
Non pas du tout	68	8.03		
Un peu	439	51.83		
Beaucoup	340	40.14		
Type d'enseignement				
Général	623	68.09		
Technique	205	22.40		
Professionnel	87	9.51		
Note questionnaire final (/5) ^b			4.08	1.03
Evolution de la consommation ^{+c}				
Arrêt	71	36.41		
Stable	40	20.51		
Augmentation	9	4.62		
Diminution	75	38.46		
Motivation à arrêter de fumer ^{+d} (/10)			6.30	3.29
Motivation à diminuer ^{+e} (/10)			7.14	3.17
Nombre de cigarettes par jour ⁺			1.59	3.24

**Proportion rapportée aux données renseignées ; +Calculé sur les fumeurs ; ^a68 valeurs manquantes ; ^b19 valeurs manquantes ; ^c30 valeurs manquantes ; ^d56 valeurs manquantes ; ^e58 valeurs manquantes*

Parmi ces lycéens de GE, 91.97 % ont apprécié le challenge à l'issue de ce dernier.

Figure 13 : analyse des correspondances multiples autour de l'appréciation en GE



Les élèves ayant déclaré la stabilité ou l'arrêt de leur consommation étaient majoritairement issus des lycées d'enseignement général et avaient beaucoup apprécié le challenge.

Les élèves ayant déclaré l'augmentation de leur consommation étaient pour la plupart issus de l'enseignement professionnel et n'avaient pas du tout apprécié le challenge.

Par ailleurs, les élèves ayant déclaré la diminution de leur consommation étaient en majorité issus de l'enseignement technique et avaient peu apprécié le challenge.

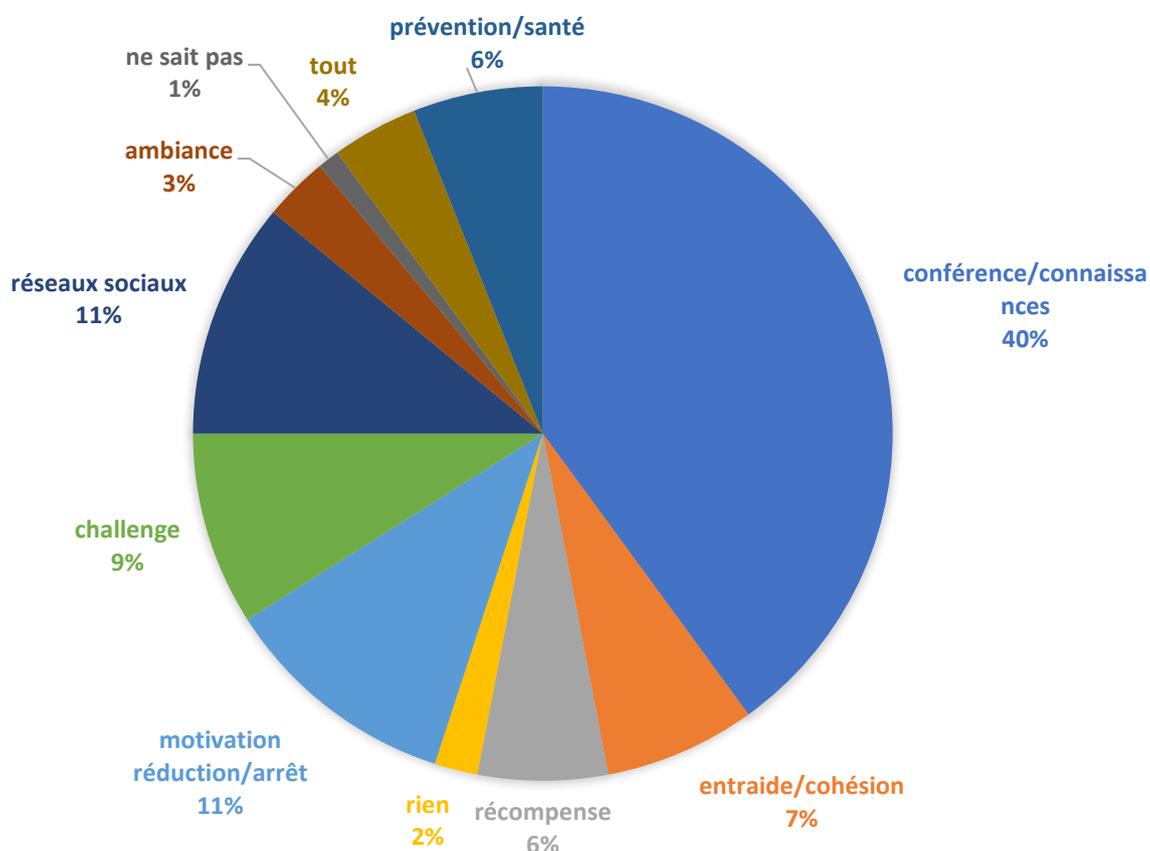
- A la fin du challenge, nous avons sur le questionnaire final à J30 posé cette question aux lycéens :

« Ce qui vous a le plus marqué et ce que vous avez aimé durant ce challenge »

Sur 915 questionnaires finaux, 52% des élèves (n=477) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents items évoqués par les lycéens :

Figure 14: « ce qui vous a le plus marqué et ce que vous avez aimé durant ce challenge en GE»



On observe quatre principaux items les plus appréciés par les lycéens de GE :

- **La conférence (40%)** : avec son quizz, l'intervention des investigateurs et les connaissances acquises par les élèves.
- **La motivation de chacun à l'arrêt/réduction du tabagisme (11%).**
- **Les réseaux sociaux (11%)** : publications Instagram en tout genre.
- **Le challenge (9%).**

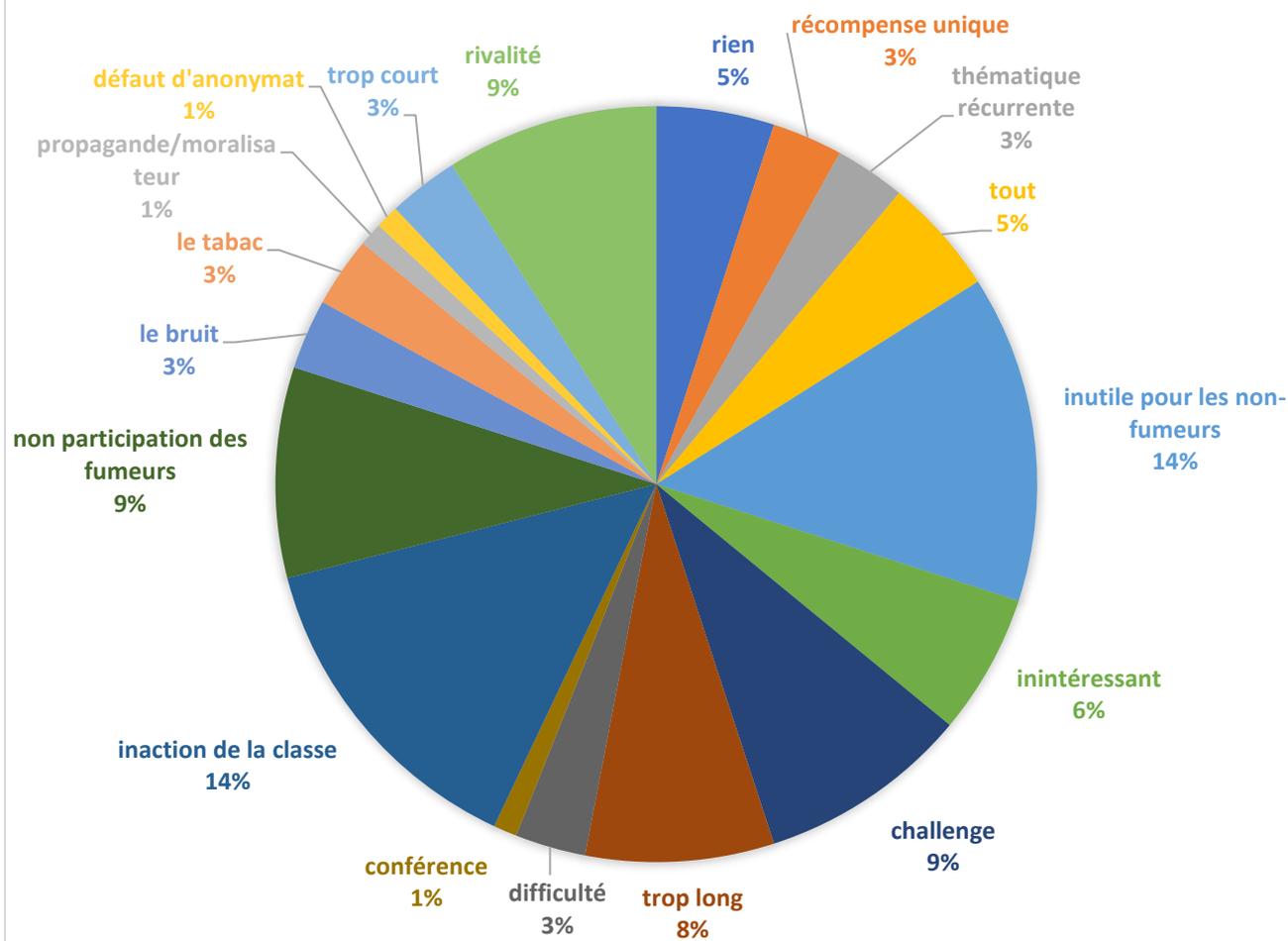
- De même, nous avons sur le questionnaire final à J30 posé cette question aux lycéens :

« Ce que vous n'avez pas aimé durant ce challenge »

Sur 915 questionnaires finaux, 9% des élèves (n=81) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents items évoqués par les lycéens :

Figure 15: « ce que vous n'avez pas aimé durant ce challenge en GE »



On observe cinq principaux items les moins appréciés par les lycéens de GE :

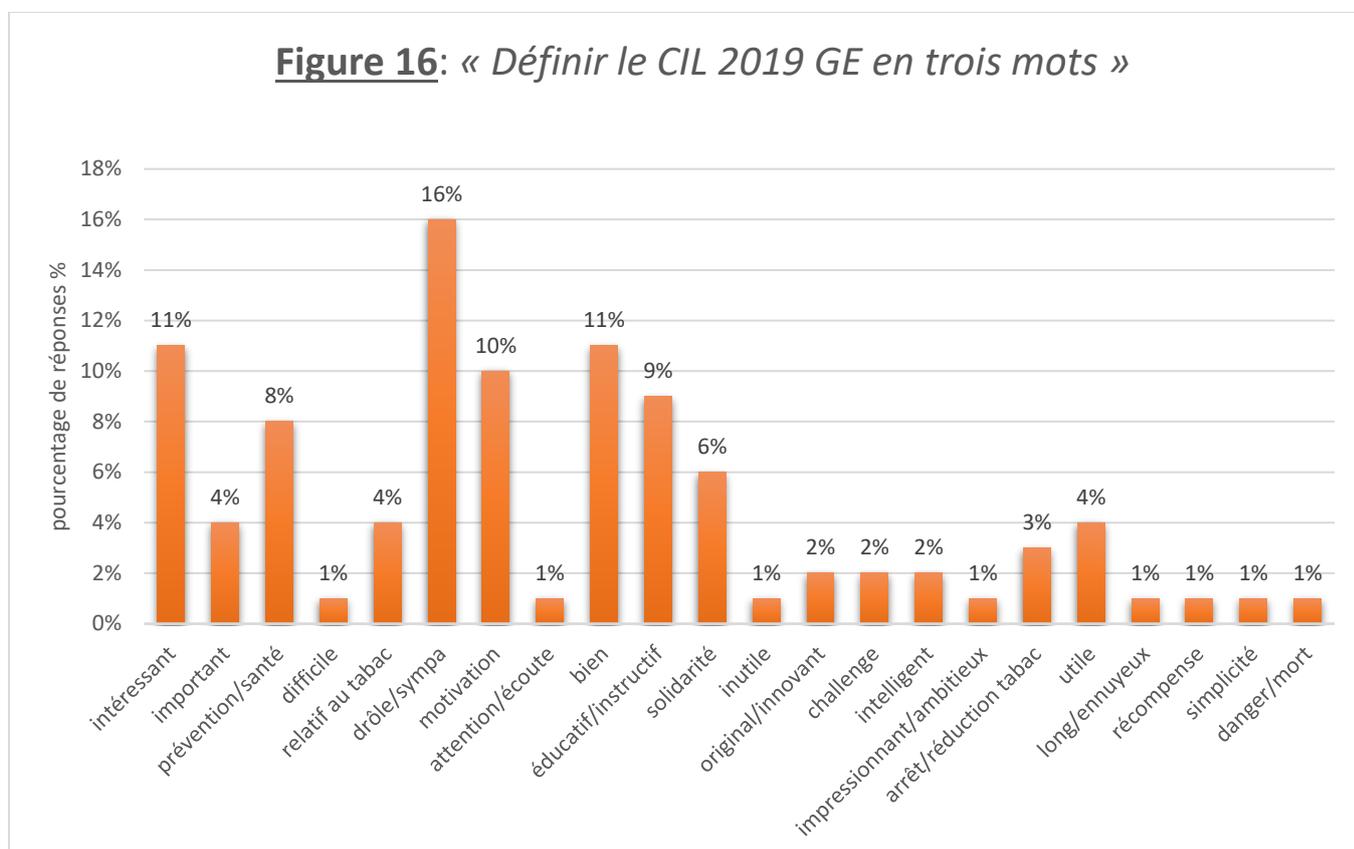
- ***Inutile pour les non-fumeurs (14%)*** : ces élèves non-fumeurs ayant répondu ne se sentaient pas concernés par le challenge qui pour eux était exclusivement dédié aux fumeurs.
- ***L'inaction de la classe (14%)*** : les non-fumeurs ou fumeurs frustrés de l'inactivité et la non-participation de leur classe au challenge.
- ***La non-participation des fumeurs (9%)*** : les fumeurs qui ne voulaient pas changer leurs habitudes.
- ***Le challenge (9%)***.
- ***La rivalité (9%)***.

- Pour finir, nous avons sur le questionnaire à J30 demandé aux lycéens de :

« Définir le CIL 2019 en trois mots »

Sur 915 questionnaires finaux, 72% des élèves (n=657) avaient répondu à la question.

Le graphique ci-dessous met en évidence les différents mots évoqués par les lycéens :



Les trois mots qui définissent le plus l'édition 2019 du CIL en GE sont :

- Drôle/sympa (16%)
- Intéressant (11%)
- Bien (11%)
- Suivi de près par.....Motivation (10%)

DISCUSSION

I- Résultats de cette étude

A) Rôle de la conférence à J0 sur la motivation au changement des fumeurs

1. Les résultats de l'étude

En Nouvelle Aquitaine comme en Grand-Est, nous avons observé une augmentation significative de la motivation des élèves après la conférence motivationnelle pour arrêter ou diminuer leur consommation tabagique :

NA : évolution de la motivation moyenne des fumeurs à diminuer de 4.66/10 à 6.38/10 ($p < 0.0001$) et évolution de la motivation moyenne des fumeurs à arrêter de 3.41/10 à 4.99/10 ($p < 0.0001$).

GE : évolution de la motivation moyenne des fumeurs à diminuer de 4.37/10 à 5.21/10 ($p < 0.0001$) et évolution de la motivation moyenne des fumeurs à arrêter de 3.48/10 à 4.06/10 ($p < 0.0001$).

En conclusion notre intervention auprès des lycéens a eu un réel impact sur la motivation au changement des fumeurs.

Au sein de cette conférence inaugurale, les lycéens répondaient à un quiz didactique sur les pièges du tabac afin d'évaluer leurs connaissances natives sur le sujet, puis nous corrigions le quiz en apportant des réponses argumentées.

Lors de l'autoévaluation de leur apprentissage en NA, 96.91 % des lycéens ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence contre 95.87 % en GE.

En effet, la majorité d'entre eux déclaraient avoir « appris beaucoup de choses » avec pour thématiques majeures retenues :

- Nombre de substances dans la cigarette ;
- Les effets sur la peau de la cigarette ;
- Les photos des jumelles fumeuses/non fumeuses ;
- Cigarette et contraception ;
- Le nombre de morts dus au tabac ;
- Fumer une chicha est pire qu'une cigarette ;

La conférence motivationnelle a donc permis une augmentation des connaissances des lycéens sur le tabac, très probablement en lien avec l'augmentation significative de la motivation des élèves à l'issue de cette conférence.

L'augmentation des connaissances des lycéens est objectivée dans les thèses de messieurs Vincent BUCHSENSCHUTZ et Amaury BOURGUIGNON D'HERBIGNY qui ont analysé les notes obtenues au quiz didactique avant et immédiatement après la conférence. **(69,70)**

2. Comparaison avec la littérature

De manière générale, le niveau de connaissance que la population a d'une maladie conditionne bien souvent son attitude et son comportement vis-à-vis de cette maladie. **(71)**

Pour ce qui est de la consommation tabagique, l'Organisation Mondiale de la Santé, parle bien de « maladie pédiatrique » pour évoquer le tabagisme chez les jeunes **(7)** et plusieurs groupes d'experts ont défini le tabagisme et l'addiction qui en découle, de maladie chronique. **(72)**

Les risques associés donc à la « maladie tabagique » sont largement sous-estimés et minimisés par les fumeurs. C'est ce que montre l'enquête réalisée par l'observatoire régional de la santé en Île-de-France en 2002, qui a proposé de réaliser une enquête en population générale sur la connaissance des risques liés à la consommation de tabac. Globalement, les fumeurs comme les non-fumeurs ont la perception d'être suffisamment informés sur le tabac et de connaître les risques pour la santé liés à sa consommation. En réalité, les connaissances dont les personnes disposent sont incomplètes et imprécises : **(73)**

- Les risques pour la santé de l'exposition passive à la fumée sont aussi relativement méconnus et souvent considérés comme négligeables.
- L'idée d'un seuil de dangerosité est largement partagée.
- Environ un tiers des personnes interrogées ne reconnaît aucune diminution de l'espérance de vie chez les fumeurs ou en minimise l'importance.
- La croyance erronée en l'existence d'un seuil en deçà duquel fumer n'est pas dangereux est encore largement répandue : 35 à 45 % des personnes pensent que c'est seulement au-delà de neuf cigarettes fumées chaque jour que la consommation de tabac devient dangereuse.
- Seuls 58 % des hommes et 46 % des femmes pensent que fumer des cigarettes est plus dangereux que la pollution de l'air.
- Sous-estimation de la mortalité due au tabac.
- Près de 60 % des fumeurs pensent que vivre au grand air les protégerait des maladies liées au tabac. Une proportion équivalente pense que l'activité sportive pourrait compenser les effets du tabac.

Pour tenter de limiter la prévalence du tabagisme dans la population, l'amélioration de la perception des risques et, plus généralement, des connaissances sur le tabac constitue une priorité d'autant plus importante que cette enquête montre qu'il existe un lien entre la perception des risques et les intentions d'arrêter de fumer. En effet, chez les fumeurs, les intentions d'arrêt sont d'autant plus fortes que leur perception individuelle des risques est grande. En outre, plus les intentions d'arrêt sont élevées et plus, à l'arrêt, les chances de réussite, c'est-à-dire de rester non-fumeur, augmentent. **(73)**

Les données de la littérature corroborent les résultats de notre intervention chez les lycéens en ce que l'apport de connaissances sur les pièges du tabagisme influent positivement sur la motivation au changement.

B) Rôle du challenge sur la motivation au changement des fumeurs à J30

1. Les résultats de l'étude

Concernant le challenge sans la conférence initiale, en Nouvelle Aquitaine, il y a essentiellement une motivation significative des fumeurs à arrêter : 4.99/10 à 5.84/10 ($p < 0.0001$) mais non à réduire : 6.38/10 à 6.9/10 ($p=0.0939$) leur consommation, alors qu'en Grand-Est, nous avons observé une augmentation significative de la motivation des élèves pour arrêter : 4.06/10 à 6.3/10 ($p<0.0001$) ou diminuer : 5.21/10 à 7.14/10 ($p<0.0001$) leur consommation tabagique.

En conclusion, le challenge motive donc plus à arrêter qu'à réduire la consommation tabagique chez les lycéens.

Durant ce challenge, les non-fumeurs devaient encourager les fumeurs en s'engageant sur les réseaux sociaux par la publication de toute sorte de contenu afin de motiver ces derniers au changement.

L'édition du CIL 2019 a axé sa communication et centré le challenge sur INSTAGRAM®, avec :

- Une page INSTAGRAM® challenge_interlycees en NA
- Une page INSTAGRAM® challengetabac en GE
- Plus de 900 publications
- Plus de 23 000 « j'aime »
- Près de 50 000 vues
- Un taux d'engagement record de 50% sur les 2 régions

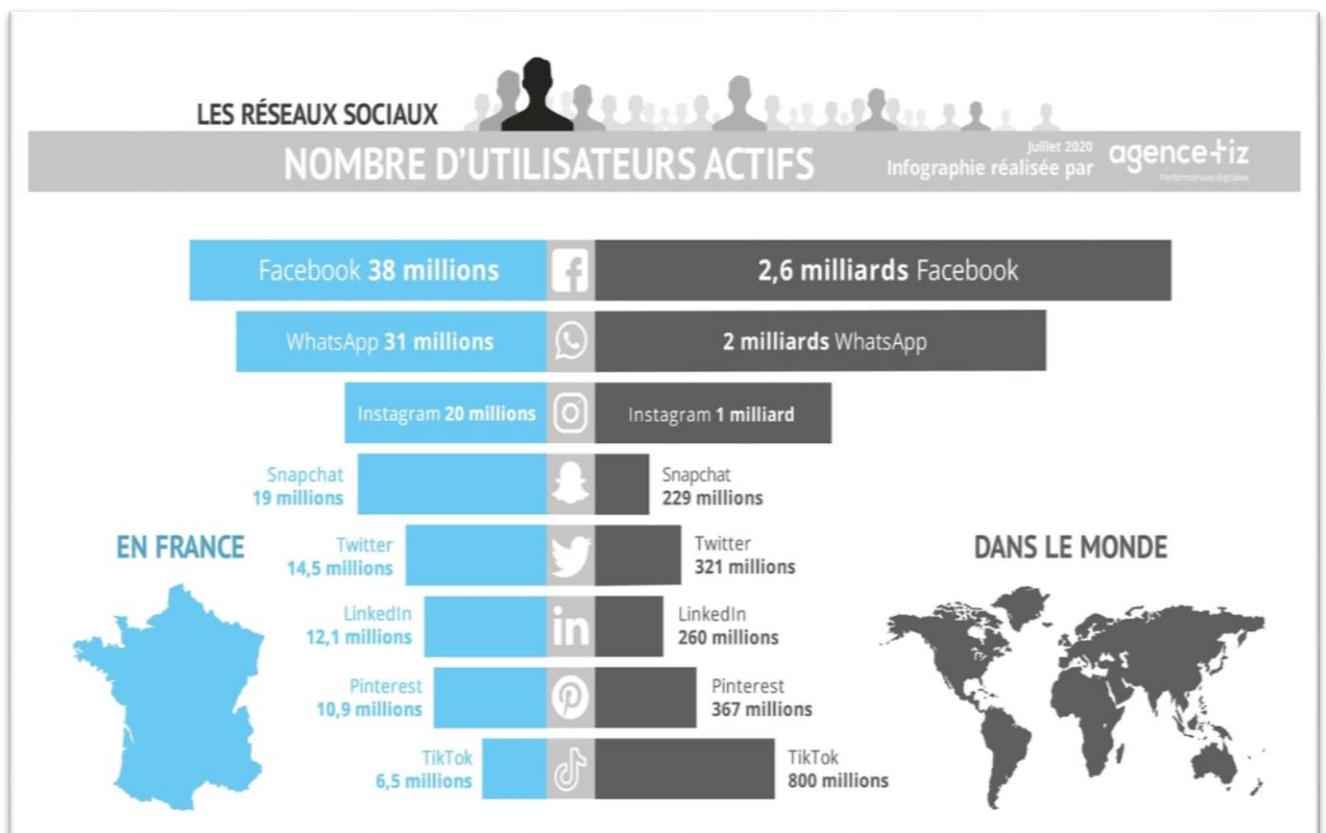
Du point de vue des commentaires des élèves, les fumeurs toutes régions confondues, s'exprimant sur l'impact du challenge pouvaient ainsi dire « Grâce au challenge je cours plus longtemps » ou un autre, « J'ai plus d'argent maintenant » et encore « Ce challenge m'a aidé à voir le mal que cela a pu faire à des gens de nous voir nous pourrir de l'intérieur et donc cela m'a permis de stopper définitivement toute consommation de clope etc.... ».

En conclusion, pour ce qui concerne le CIL 2019, nous avons eu une importante présence sur les réseaux sociaux générant un taux d'engagement des lycéens très important ; et cela s'est révélé déterminant pour inciter les fumeurs à arrêter (et dans une moindre mesure à réduire) leur consommation tabagique.

2. Comparaison avec la littérature

En France en 2020 on dénombre 60,4 millions d'internautes dont 39 millions d'utilisateurs actifs des réseaux sociaux comme détaillé ci-dessous : **(74)**.

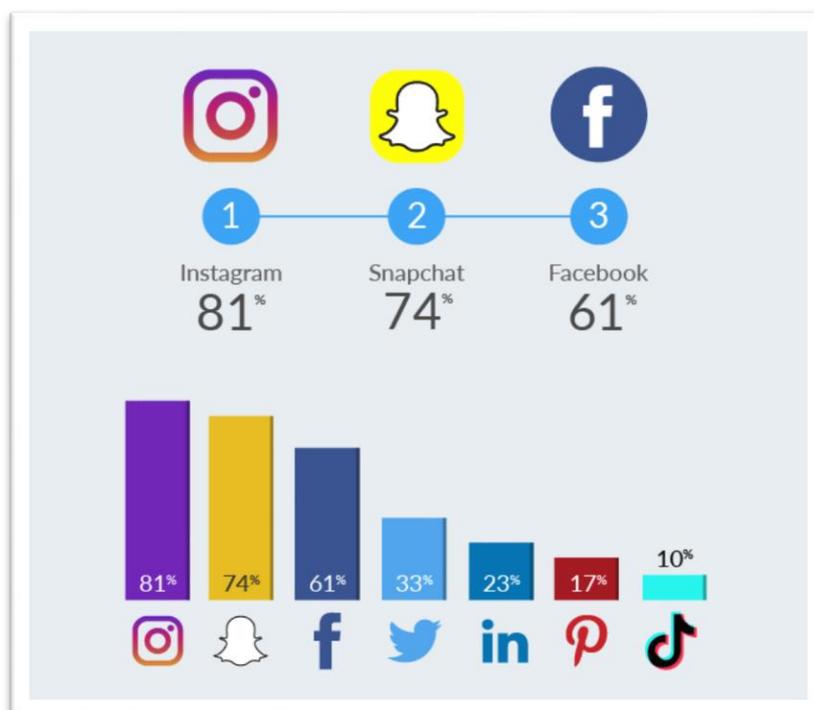
Figure17 : nombre d'utilisateurs des réseaux sociaux en France et dans le monde en 2020



La population la plus connectée en France représente les étudiants et la tranche d'âge des 15-24 ans : respectivement 94,4% et 93,4% d'entre eux se sont rendus sur au moins un réseau social. **(75)**

Concernant le type de réseau social, les 16-25 ans sont 61 % à utiliser FACEBOOK® et 12 % l'ont supprimé. Du côté des moins de 18 ans, ce réseau social ne plaît plus, avec seulement 36 % d'utilisateurs en 2020 (contre 50 % en 2019). L'application INSTAGRAM® est la plus plébiscitée, avec 81 % d'utilisateurs chez les jeunes, contre 74 % pour son concurrent, SNAPCHAT®. **(76)**

Figure 18 : part d'utilisation des réseaux sociaux chez les jeunes en 2020



C'est la raison pour laquelle nous avons fait le choix du réseaux social INSTAGRAM® pour la conduite du CIL 2019 en faveur des lycéens à la place de FACEBOOK® utilisé pour l'édition précédente.

Les campagnes d'information des autorités de santé utilisent aujourd'hui très régulièrement les réseaux sociaux comme un canal de diffusion complémentaire des médias traditionnels. Des community managers, aujourd'hui intégrés aux équipes de communication adaptent les formats et les stratégies pour rendre les campagnes les plus efficaces possibles et ainsi un fort taux d'engagement. **(77)**

Le taux d'engagement (TE) reflète le niveau d'interaction des internautes appartenant à une communauté, vis-à-vis du contenu partagé par un influenceur, ou quiconque le diffusant sur un canal quel qu'il soit. Qu'il s'agisse de FACEBOOK®, INSTAGRAM®, TWITTER®, TIKTOK®, YOUTUBE®, SNAPCHAT® etc.... il y a toujours des interactions qui permettent d'extraire un taux d'engagement. Pour le calculer on doit connaître la portée de la publication, c'est-à-dire potentiellement le nombre de personnes l'ayant vu. Il ne s'agit pas uniquement des abonnés à un réseau social. **(78)**

La formule de base : *(La somme des interactions / portée) x 100*

D'une manière générale, un taux d'engagement compris entre 7 et 10% est excellent. Un taux compris entre 3 et 6% serait bon, en dessous ce serait à revoir. **(79)** Evidemment il faut savoir que le TE diminue avec l'augmentation de la portée.

En France, 69% de la population sont des « internautes santé » et pour exemple : **(80)**

- Un quart des internautes citent DOCTISSIMO® comme dernier site visité qui comptabilise 30 millions de vues par mois.
- MANGERBOUGER® a reçu entre Juin 2014 et Mai 2015 : 4,5 millions de visiteurs ; 17 millions de pages vues ; 37,3 % de visiteurs réguliers ; 400 000 inscrits sur La Fabrique à menus.
- TABACINFOSERVICE® a reçu au cours de la même période : 1,8 millions de visiteurs ; 5,7 millions de pages vues ; 22,7 % de visiteurs réguliers ; 2500 nouveaux inscrits au coaching par mois ; et 1000 par jour en période de campagne.

Fort de ces données, depuis 2017, les campagnes de prévention de Santé Publique France sont disponibles sur les réseaux sociaux TWITTER®, YOUTUBE®, INSTAGRAM® ET LINKEDIN®. **(81)**

- L'édition 2019 du « Moi(s) sans tabac » a rassemblé :
 - Plus de 200 000 inscrits dont moins de 40 000 chez les 15-24ans.
 - 784 000 inscriptions depuis la première édition en 2016
 - Une répartition des inscrits sur tout le territoire français
 - 128 501 téléchargements de l'application dédiée
 - 22 705 recours au numéro dédié 3989
 - 126 801 fans sur FACEBOOK® et 5 681 followers sur TWITTER®

- Le programme TABADO qui est un programme d'aide au sevrage tabagique initialement imaginé pour les adolescents apprentis de CFA a lancé en 2019 les « TABADO GAMES » à l'échelle nationale :

L'objectif étant de cumuler le plus de points pour son établissement par l'intermédiaire d'actions de participation ou de soutien avec à la clé une récompense.

A cette occasion ils ont créé :

- **L'application « Kwit »**, il s'agit d'une application gratuite d'aide à l'arrêt du tabac, proposée aux élèves pour être accompagné 24h/24 dans la lutte contre le tabac. Elle inclut des statistiques (argents économisés, cigarettes non fumées, espérance de vie gagnée etc.), des conseils et citations, et des notifications pour suivre le classement Tabado games. **(56,82)**
 - **Des filtres SNAPCHAT®** mis à dispo dans l'année au fil des étapes du programme.
 - **Une vidéo sur la plateforme YOUTUBE®** : « *Rejoignez les TABADO Games – Le programme pour vous aider à arrêter de fumer* » sur la page YOUTUBE® de l'Institut National du Cancer (INCa). **(83)**
- Au cours du Challenge inter-lycées 2018, les élèves de terminale, avaient à disposition : **(66)**
 - Une page FACEBOOK® pour mettre en ligne leurs créations. Sur la période du challenge, 101 publications ont été postées ; dessins, photos, vidéos, etc
 - Le CIL a une page web sur le site de l'association Prev'enBus sur laquelle sont recensées toutes les informations sur le challenge **(84)**, une page YOUTUBE® sur laquelle a été publiée une compilation des créations des élèves **(85)**.

En conclusion, les réseaux sociaux peuvent influencer les comportements et impacter la motivation au changement. Les données de la littérature corroborent donc les résultats de l'étude.

De plus, de tous les programmes de prévention/réduction des risques du tabac dirigés spécifiquement vers les jeunes fumeurs en France cités dans ce travail de recherche, seul le programme TABADO et le CIL font une telle exploitation des réseaux sociaux afin d'augmenter l'efficacité de l'arrêt/réduction du tabac chez les jeunes.

C) Rôle du binôme conférence/challenge sur la motivation au changement des fumeurs et corrélation avec l'impact du CIL

Lorsque nous considérons le binôme conférence/challenge, en NA et GE, la motivation augmente avant et après la conférence initiale et croit davantage jusqu'à J30 de manière significative :

NA : évolution de la motivation moyenne des fumeurs à diminuer de 4.66/10 à 6.9/10 ($p < 0.0001$) et évolution de la motivation moyenne des fumeurs à arrêter de 3.41/10 à 5.84/10 ($p < 0.0001$).

GE : évolution de la motivation moyenne des fumeurs à diminuer de 4.37/10 à 7.14/10 ($p < 0.0001$) et évolution de la motivation moyenne des fumeurs à arrêter de 3.48/10 à 6.3/10 ($p < 0.0001$).

Dans les deux régions, les motivations des fumeurs à diminuer et à arrêter le tabagisme sont statistiquement corrélées à l'évolution de la consommation tabagique. ($p < 0.0001$)

En conclusion :

L'ensemble du dispositif Conférence/challenge a plus d'intérêt pour motiver les fumeurs au changement qu'une conférence seule.

Nous avons prouvé qu'il existe une corrélation statistiquement significative entre la motivation des fumeurs et l'évolution de leur consommation tabagique. En effet, l'augmentation de la motivation au changement des fumeurs est liée à une augmentation de la réduction/arrêt de leur consommation tabagique.

D) Satisfaction des lycéens

En Nouvelle-Aquitaine, parmi les lycéens, 94.16 % ont apprécié la conférence et 91.33 % ont apprécié le challenge à J30.

Les élèves ayant déclaré la stabilité ou l'augmentation de leur consommation étaient majoritairement issus des lycées d'enseignement professionnel et n'avaient pas apprécié le challenge.

Les élèves ayant déclaré l'arrêt de leur consommation étaient pour la plupart issus de l'enseignement général et avaient beaucoup apprécié le challenge.

Et les élèves ayant déclaré la diminution de leur consommation étaient en majorité issus de l'enseignement technique et avaient peu apprécié le challenge.

Dans le Grand-Est, parmi les lycéens, 92.81 % ont apprécié la conférence et 91.97 % ont apprécié le challenge.

Les élèves ayant déclaré la stabilité ou l'arrêt de leur consommation étaient majoritairement issus des lycées d'enseignement général et avaient beaucoup apprécié le challenge.

Les élèves ayant déclaré l'augmentation de leur consommation étaient pour la plupart issus de l'enseignement professionnel et n'avaient pas du tout apprécié le challenge.

Enfin les élèves ayant déclaré la diminution de leur consommation étaient en majorité issus de l'enseignement technique et avaient peu apprécié le challenge.

Le CIL 2019 est dans son ensemble apprécié des lycéens.

Contrairement à la NA, apparaît en GE la notion de *rivalité* entre les classes et équipes, ce qui a déplu à 9% des élèves répondants tout en gardant un pourcentage de satisfaction de 91.97%. L'observation de leurs commentaires montre que ce facteur était parfois « *stressant* ». Peut-être cela explique-t-il la représentation moindre de l'item *entraide/cohésion* de la classe dans l'appréciation du challenge en GE.

Enfin, malgré les excellentes notes de satisfaction, une problématique persiste autour des lycées professionnels qui font partie de ceux qui ont le moins apprécié le CIL avec des consommations plus élevées dans cette population et une entrée plus précoce dans le tabagisme. Ces résultats confirment les données de la littérature sur ce sujet. **(36,39,43)**

E) Conclusion

Le modèle du CIL inauguré par une conférence motivationnelle puis un challenge commun incluant fumeurs et non-fumeurs dans un défi ludique et cohésif est un outil redoutablement efficace pour d'une part, motiver les fumeurs à délaisser le tabac, galvaniser les lycéens fumeurs ou non autour d'une lutte et d'un objectif commun et d'autre part, obtenir des résultats significatifs dans le cadre de la lutte contre le tabac chez les jeunes.

La mobilisation des lycéens étant importante avec une appréciation générale très positive, on peut envisager en parallèle de l'évolution favorable de la consommation tabagique des fumeurs, une réduction probable du nombre d'entrée dans le tabagisme des jeunes ayant participé activement à la lutte contre le tabac pendant ce défi.

En ce sens, le CIL n'est pas qu'un outil de réduction des risques mais aussi de prévention.

II- Limites de cette étude

A) Les freins à la motivation des fumeurs

Lors de la planification des conférences dans les établissements, nous étions limités par le retard pris par ces lycées pour répondre favorablement à notre intervention. Pour tous les lycées le challenge a eu lieu pendant le « Moi(s) sans tabac » de Novembre 2019 mais certains établissements ont eu la conférence le mois précédent, d'autres en début de mois. Cela a pu être un frein à la motivation de certains fumeurs.

Les lycéens des classes professionnelles avec des consommations plus élevées et une entrée plus précoce dans le tabagisme ont pu pour certains d'entre eux être moins motivés à participer au challenge.

Certains fumeurs baignant dans un environnement socio-familial empreint de tabagisme ont pu voir leur motivation être mise à rude épreuve entraînant probablement une augmentation du taux d'échec au challenge. Toutefois nous pouvons opposer à cela l'opportunité que le challenge a été pour sensibiliser les proches des élèves et les inciter à changer eux aussi leurs comportements face au tabac.

B) Le décalage entre les lycées sur les réseaux sociaux

Sur INSTAGRAM®, plusieurs lycées se sont démarqués avec des publications très riches et variées ; cela a pu démotiver certains qui probablement ont pensé qu'ils n'avaient plus aucune chance de gagner. Par exemple concernant le lycée Valin à La Rochelle, l'infirmière nous a expliqué que la classe gagnante était tellement motivée et tellement prolifique (jusqu'à organiser des conférences anti-tabac pour les classes de niveau inférieur) que les autres classes de Valin se sont un peu désinvesties.

En région GE la notion de **rivalité** entre les classes et équipes, qui a déplu à 9% des élèves répondants au questionnaire final, a pu être une source de démotivation des élèves à s'engager pleinement dans le challenge.

Un nombre non négligeable de non-fumeurs (24% en NA et 14% en GE) n'ont pas apprécié le CIL car ils trouvaient cela inutile pour eux, ne se sentant pas concernés par le tabac. Ils ne se donc pas engagés sur les réseaux sociaux dans la lutte contre le tabac.

C) Les perdus de vue

Nous avons eu un nombre de perdus de vue assez important. En cause, d'importants mouvements sociaux ayant engendré des grèves ; des élèves malades ou absents pour une quelconque raison ; les classes professionnelles en atelier ou en stage.

Les questionnaires remis lors de la conférence à J0 étaient totalement anonymisées par l'utilisation d'un pseudonyme choisi par les élèves. Il leur était demandé de choisir un pseudonyme simple afin de pouvoir s'en rappeler lors de notre passage à J30. Pourtant un certain nombre de lycéens l'ont oublié et il nous a donc été difficile d'apparier les questionnaires individuels entre J0 et J30.

Pour finir, les élèves ne remplissaient pas toujours tous les items des questionnaires ; nous nous sommes donc retrouvés avec un nombre important de valeurs manquantes inexploitable.

D) Le niveau de preuve

Il s'agit d'une étude descriptive, le niveau de preuve scientifique est donc considéré comme faible (niveau 4) selon la HAS **(86)**. Nous devions initialement mener une étude comparative de type cas/témoins avec un groupe contrôle qui aurait bénéficié de la conférence motivationnelle seule sans challenge ; mais pour des raisons pratiques et budgétaires nous n'avons pas pu réaliser cette étude.

III- Points forts généraux de l'édition CIL 2019

A) Prévention du tabagisme des jeunes

L'adolescence reste la période privilégiée de l'initiation du tabac et des premières consommations régulières **(25)**. Par conséquent cette vulnérabilité particulière des jeunes vis à vis du tabac **(32)** oblige notre Etat à se pencher autant que possible sur l'entrée dans la consommation tabagique. Ainsi, outre la prévention, Le CIL s'inscrit dans la droite ligne de la réduction des risques du tabagisme chez le jeune fumeur qui touche 650 000 mineurs sur une population de 13.3 millions de fumeurs quotidiens en France. **(4)**

B) Un modèle innovant

Le CIL, dans sa 3eme édition 2019, est l'élargissement au niveau régional d'un outil qui a déjà fait ses preuves à l'échelon local en 2017 **(62,63,64)** et départemental en 2018 **(65,66,67)** pour la diminution et/ou l'arrêt du tabac chez les lycéens durant le « Moi(s) sans tabac ».

Tableau 12 : récapitulatif des CIL précédents.

	<u>CIL 2017</u>	<u>CIL 2018</u>
Déploiement	Local : Bordeaux	Départemental : - Gironde (33) - Haute-Marne (52)
Population	Lycéens de Terminales (n=731) Inclus J30 (n=483) dont 173 fumeurs	Lycéens de Terminales Gironde : (n=1167) - Inclus J30 (n=833) dont 190 fumeurs Haute-Marne : (n=267) - 58 fumeurs dont 40 inclus à J30
Evolution de la consommation tabagique	Favorable pour 54% des fumeurs (arrêt 15%, réduction 39%)	Gironde : - Favorable pour 79% des fumeurs (arrêt 33%, réduction 46%) Haute-Marne : - Favorable pour 87.5% des fumeurs (arrêt 27.5%, réduction 60%)
Evolution des connaissances lors de la conférence	Non traité	Gironde : Note moy. avant conf 8,9/20 Note moy. après conf 17,5/20 Haute-Marne : Note moy. avant conf 8,9/20 Note moy. après conf 17,8/20
Appréciation du challenge	Apprécié par 87,8% des lycéens	Gironde : - Apprécié par 93% des lycéens Haute-Marne : - Apprécié par 96% des lycéens

C) Une population augmentée dans un déploiement bi-régional

Nous sommes allés plus loin pour l'édition 2019 :

- Population de lycéens inclus n=4095 (n=2754 en NA et n=1341 en GE) soit trois fois plus que le CIL 2018 et six fois plus que l'édition 2017.
- Dont un nombre de fumeurs n=1231 (n=884 en NA et n=347 en GE) soit cinq fois plus que le CIL 2018 et sept fois plus que l'édition 2017.

Le challenge s'est déployé dans toute la **Nouvelle Aquitaine** avec des villes de Charente-Maritime (La Rochelle), du Lot-et-Garonne (Agen), des Deux-Sèvres (Niort), des Landes (Parentis-en-Born), et des Pyrénées-Atlantiques (Coarraze), la Gironde (Bordeaux, Arcachon, St André de Cubzac, Ste Foy la Grande, Pessac, Bazas et Libourne) et dans la région **Grand-Est** avec des villes de Haute-Marne (Saint Dizier, Wassy), la Marne (Epernay, Châlons-en-Champagne, Vitry-le-François), l'Aube (Troyes).

Ceci permettant d'avoir une population plus large, et plus représentative des lycéens en générale.

Nous avons aussi fait le choix d'intervenir sur les élèves de Première plutôt que sur les classes de Terminale. Ce choix est venu d'une part pour augmenter la taille de notre effectif : l'échéance du baccalauréat pour les élèves de Terminale aurait rendu difficile le recueil de donnée et réduit notre population d'étude. D'autre part également afin de laisser l'opportunité d'une éventuelle étude de l'impact du CIL à 1 an.

D) Une implication inédite des pairs

Pour cette troisième édition, nous avons pu nous appuyer sur la présence « d'ambassadeurs-jeunes ». En effet, trois jeunes de 15 à 17 ans se sont impliqués dans le CIL 2019, des réunions préparatoires avec l'ARS jusqu'aux conférences animées devant des centaines de pairs en passant par l'animation des réseaux sociaux.

E) L'utilisation des réseaux sociaux

Cette édition 2019 a vu se majorer l'utilisation des réseaux sociaux. Dans les éditions précédentes, les lycéens exprimaient leur intérêt et l'utilité des défis sur les réseaux pour aider dans la réduction du tabagisme.

L'intérêt des réseaux sociaux était également de faire participer au maximum les non-fumeurs, afin de créer un esprit d'équipe et une cohésion de classe et ainsi décupler la motivation des fumeurs à arrêter ou à diminuer leur consommation.

Nous avons donc demandé aux non-fumeurs de devenir les « supporters » des fumeurs participants.

FACEBOOK® n'étant quasiment plus utilisé par les lycéens, l'utilisation d'INSTAGRAM® a permis un suivi important.

F) Augmentation des compétences psycho-sociales des lycéens

1. Rappels théoriques des compétences psycho-sociales

Également nommées *habiletés ou aptitudes psychosociales*, les compétences psychosociales (CPS) sont des compétences individuelles de nature psychologique qui sont indispensables à toute vie sociale. **(87)**

En 1993, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) introduit le concept et fait référence, en premier lieu, à une compétence psychosociale globale : « *la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif qui lui permet d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion d'interactions avec les autres, sa culture et son environnement. La compétence psychosociale joue un rôle important dans la promotion de la santé dans son acception large renvoyant au bien-être physique, psychique et social* » **(88)**.

L'OMS propose ensuite de subdiviser cette compétence globale en sous-CPS qui sont regroupées en trois grandes catégories (compétences sociales, cognitives et émotionnelles) **(89,90,91)**, rassemblées dans le tableau suivant :

COMPÉTENCES SOCIALES, COGNITIVES, ÉMOTIONNELLES : DE QUOI PARLE-T-ON ?		
Compétences sociales (ou interpersonnelles ou de communication)	Compétences cognitives	Compétences émotionnelles
Compétences de communication verbale et non verbale : écoute active, expression des émotions, capacité à donner et recevoir des <i>feedback</i> .	Compétences de prise de décision et de résolution de problème.	Compétences de régulation émotionnelle : gestion de la colère et de l'anxiété, capacité à faire face à la perte, à l'abus et aux traumatismes.
L'empathie , c'est-à-dire la capacité à écouter et comprendre les besoins et le point de vue d'autrui et à exprimer cette compréhension.	Pensée critique et l'auto-évaluation qui impliquent de pouvoir analyser l'influence des médias et des pairs, d'avoir conscience des valeurs, attitudes, normes, croyances et facteurs qui nous affectent, de pouvoir identifier les (sources d') informations pertinentes.	Compétences de gestion du stress qui impliquent la gestion du temps, la pensée positive et la maîtrise des techniques de relaxation.
Capacités de résistance et de négociation : gestion des conflits, capacité d'affirmation, résistance à la pression d'autrui.		Compétences d'auto-évaluation et d'auto-régulation qui favorisent la confiance et l'estime de soi.
Compétences de coopération et de collaboration en groupe.		
Compétences de plaidoyer qui s'appuient sur des compétences de persuasion et d'influence.		

Tableau 13 : les compétences psycho-sociales

Chez les enfants, le renforcement des CPS favorise le développement global (social, émotionnel, cognitif, physique), améliore les interactions, augmente le bien-être et contribue donc à diminuer les comportements défavorables à la santé et à augmenter les comportements favorables. Les CPS jouent aussi un rôle essentiel dans l'adaptation sociale et la réussite éducative.

Chez les adolescents, outre les effets observés chez l'enfant, le développement des CPS permet de prévenir la consommation de substances psychoactives (drogues illicites, tabac, alcool), les problèmes de santé mentale, les comportements violents et les comportements sexuels à risque **(89)**.

Chez les adultes, il agit toujours sur le bien-être subjectif et la qualité des relations. Il favorise, chez les parents, les pratiques éducatives positives. L'empathie, la capacité à répondre adéquatement aux besoins fondamentaux et la mise en œuvre de règles et de limites constructives en sont des exemples. Ces compétences et pratiques éducatives permettent l'établissement de relations positives entre parents et enfants, et augmentent le sentiment d'efficacité parentale.

Ces CPS parentales ont également de l'impact sur les enfants et les adolescents ; en effet il a été démontré que les CPS parentales étaient des facteurs de protection des troubles de comportements et de l'abus de substances **(92,93,94)**.

Les CPS se développent dans le cadre d'interventions en prévention et promotion de la santé, le développement des CPS chez les enfants et les adultes (parents) se fait principalement par la mise en place d'ateliers expérientiels. Il s'agit d'interventions inscrites dans une démarche de psychoéducation, qui sont réalisées en groupe et qui permettent aux enfants, aux jeunes et/ou aux parents d'explorer et d'accroître leurs propres compétences sociales, cognitives et émotionnelles. **(87)**

2. Les compétences psycho-sociales développées dans le CIL 2019

Le CIL s'intègre dans cette logique de développement des CPS qui sont largement sollicitées, de façon plus ou moins globale selon les capacités. Tous les lycéens impliqués dans ce challenge ont pu développer leur autonomie, confiance en soi, et capacité de leadership, et cela s'est avéré particulièrement vrai pour les lycéens des lycées Valin et St Exupéry qui ont développé leur propre conférence motivationnelle à l'endroit de leurs pairs :

- **Prise de parole en public et écoute active** : pour tous les élèves intervenus lors de la conférence motivationnelle par leur questions et commentaires ; pour ceux qui à leur tour ont été dans le rôle de conférencier devant transmettre à leurs pairs des connaissances sur les dangers du tabac ; écouter et recevoir leurs questions et y apporter des réponses.

- **Capacité d'affirmation** : de leur choix de dire non pour les fumeurs et d'enclencher un changement. Des lycéens ont dû s'affirmer devant les éventuels doutes ou remises en question de leur auditoire.
- **Compétences de coopération et de collaboration en groupe** : pour tous les projets communs des classes.
- **Compétences de persuasion et d'influence** : pour les non-fumeurs à engager les fumeurs à arrêter. Il a fallu qu'ils défendent leurs idées devant le personnel responsable de leur établissement scolaire afin de les convaincre du bien-fondé de leur projet.
- **Pensée critique et gestion du stress** : révélée par les commentaires de satisfaction et d'insatisfaction. Les lycéens conférenciers quant à eux, ont dû identifier les sources d'informations pertinentes pour l'élaboration de leur quiz et apprendre à gérer le temps de présentation devant les classes.
- **Confiance et estime de soi** : avec la réussite des projets de groupe, du sevrage ou de la réduction du tabagisme, de l'amélioration des notes au quiz après la conférence.

G) Un accompagnement médical per et post challenge

C'est l'une des principales évolutions du CIL 2019. Grâce au soutien financier de la CPAM33, 43 jeunes et 51 proches ou encadrants de l'entourage des jeunes ont pu bénéficier de consultations, téléconsultations et substituts nicotiniques.

En résumé, la prise en charge médicale a concerné :

- 43 élèves en accompagnement par le tabacologue (dont seulement 12 pendant le challenge, les autres ayant mobilisé l'aide après celui-ci).
- 18 consultations réalisées dans les établissements lors du dernier passage « hors concours », et pour beaucoup par des fumeurs non-inscrits au challenge.
- 37 téléconsultations (25 initiales et 12 de suivi).
- 336 patchs de nicotine (dosés de 7 à 21mg/24h) distribués ou envoyés ainsi que 20 paquets de substituts oraux.
- 8 adultes des établissements scolaires et 43 adultes proches des élèves dans 6 consultations et 75 téléconsultations.

Le soutien médical a été particulièrement sollicité après la fin du challenge, lors du dernier passage donc hors concours, témoignant d'une motivation allant au-delà du simple concours.

IV- Points faibles généraux de l'édition CIL 2019.

A) Des difficultés d'organisation

La rentrée 2019 a fait l'objet de la réforme du Baccalauréat impliquant une difficulté technique de division de toutes les classes en sous-groupes selon les spécialités choisies. Mettre en place le challenge dans certains établissements s'est avéré vraiment compliqué et l'engagement des infirmiers, proviseurs, proviseurs adjoints et professeurs engagés dans les CESCO (Comité d'Education à la Santé et à la Citoyenneté inter établissements) a été capital.

B) Un recueil de données déclaratives

Le recueil de données s'est fait sur un mode déclaratif par l'intermédiaire d'un questionnaire auto-administré. La diminution/arrêt du tabac rapportant des points pour remporter le challenge, les élèves ont pu mentir à J30 en indiquant une fausse diminution ou arrêt afin de faire gagner leur classe.

Pour parer aux possibles tricheries à J30, nous avons d'une part fait souffler les fumeurs à J0 et J30 afin de mesurer leur taux de monoxyde de carbone (CO), et nous avons volontairement annoncé aux élèves que si le taux à J30 n'était pas inférieur au taux à J0, nous saurions alors qu'ils n'avaient pas diminué/arrêté leur consommation tabagique.

Mais nous savions qu'on ne pouvait se fier au taux de CO qui a une demi-vie très brève entre 2 et 6h **(95)**. En effet un fumeur qui n'a pas réduit sa consommation mais qui n'a pas fumé depuis la veille au soir à J30 aura un taux diminué alors qu'un autre fumeur qui lui a réduit sa consommation mais qui a fumé le matin à J30 aura un taux stable voire augmenté. C'est d'ailleurs pourquoi le taux de CO n'est pas le critère principal des études d'impact.

A contrario, une tricherie par augmentation des déclarations en début de conférence à J0 semble peu probable dans la mesure où les élèves ne sont pas au courant du challenge, ni de la récompense au moment où ils remplissent la grille.

D'autre part, nous avons à J30 veillé sur les valeurs aberrantes et les avons corrigées si nécessaire : par exemple si un fumeur disait fumer 7 cigarettes par jour à J0 et qu'il remettait la même quantité à J30, et pourtant qu'il affirme avoir diminué sa consommation ; nous corrigions en écrivant « stabilité » à la place.

C) Des difficultés à clairement quantifier le tabagisme non quotidien

Dès J0, de nombreux élèves déclaraient ne fumer « qu'en soirée ». Après une revue de la littérature, nous n'avons pas trouvé de source fiable nous permettant d'estimer le nombre moyen de soirées que pouvait faire un lycéen en France.

Avec mes co-thésards, nous avons décidé de manière tout à fait arbitraire qu'un lycéen faisait environ deux soirées par mois, et à partir de cela nous avons ramené donc par jour le nombre de cigarettes fumées « en soirée » sur la base de deux soirées par mois.

Cette décision est tout à fait critiquable et possiblement source de biais dans l'interprétation des résultats.

De plus, le questionnaire à J0 proposait aux élèves d'écrire le nombre de cigarettes fumées par jour et secondairement par semaine si les élèves ne fumaient pas quotidiennement. Certains élèves, probablement les élèves fumant essentiellement le week-end, ont répondues aux deux questions, avec des valeurs incohérentes. Nous privilégions à ce moment-là le nombre de cigarettes fumées quotidiennement.

V- Perspectives

A) Propositions des lycéens

Les élèves ont suggéré en général des points d'amélioration pour les éditions futures, à savoir :

- Avoir un podium gagnant plutôt qu'une seule classe par région.
- Varier les récompenses : smartphones, consoles de jeux, voyages...
- Plus de suivi et de soutien des intervenants durant le challenge.

Certaines de ces propositions faisaient déjà l'objet de l'édition précédente **(65,66,67)**.

Toutefois les contraintes de financement et de ressources humaines au niveau des intervenants limitent considérablement la réalisation de ces objectifs, notamment l'augmentation du nombre de récompenses.

B) Impact social global

Dans l'édition 2019 du CIL, la conférence motivationnelle ainsi que le challenge n'ont pas touché uniquement les lycéens, mais aussi les professeurs et certains parents.

Des lycéens ont voulu profiter de l'occasion pour « [essayer de faire arrêter mon père](#) » ; et certains professeurs ont rempli des questionnaires (non inclus dans l'étude), pour prendre le train en marche, se rendant compte eux-mêmes lors de la conférence que cela les concernait aussi.

Mais malgré ces constatations, nous avons pourtant abandonné l'idée de reproduire cette conférence aux parents car d'une part, parmi tous les lycéens fumeurs qui ont répondu au questionnaire à J0, le taux de parents non au courant du tabagisme de leurs enfants est

important (52.52% en NA et 54.72% en GE) **(69,70)**. On peut aisément déduire que les jeunes dont les parents ignorent le tabagisme ne les ont pas informés. D'autre part, lors de la première édition du CIL en 2017, il avait été proposé dans chacun des quatre établissements engagés une conférence dédiée aux parents pour arrêter de fumer en même temps que leurs enfants : il n'y a eu personne.

Cependant l'élargissement du concept CIL au personnel d'établissement scolaire, population qui côtoie les lycéens quotidiennement et qui font force de repères, peut être envisagé. Au lieu de seulement soutenir les lycéens par écrit pour leur rapporter des points ; ils pourraient avoir un questionnaire adapté à eux et participer sérieusement par leur réduction du tabagisme ou leurs productions créatives sur les réseaux sociaux avec des points comptant double par exemple, et en y ajoutant des lots spécifiques pour adultes, quoique notre budget étant très limité, cela ne serait pas possible sans subventions.

Par ailleurs, dans les analyses de mes co-thésards **(69,70)**, l'ancienneté moyenne du tabagisme des lycéens entre les 2 régions se situe entre 20 et 25 mois, ce qui situe l'âge de la première cigarette à 14ans dans cette population ; corroborant les données nationales de l'âge d'entrée dans le tabagisme **(36)**. Par conséquent tout en poursuivant le CIL dans les lycées, nous pourrions dupliquer uniquement la conférence motivationnelle dans les collèges pour les classes de 4^{ème} ou de 3^{ème} dans le but cette fois-ci d'éviter le contact avec la première cigarette. Il existe déjà des interventions de ce type dans les collèges **(57,58,59,96)** et dans cette même lignée, ces conférences pourraient être menées uniquement par des ambassadeurs lycéens formés par PREV'ENBUS au préalable. Cela évidemment changerait le profil de l'intervention qui est actuellement une intervention en réduction des risques/prévention et qui deviendrait alors purement préventive.

CONCLUSION

La 3^{ème} édition du CIL 2019 s'inscrivant dans un modèle défi/récompense précédé d'une conférence motivationnelle s'est étendue à l'échelle régionale sur 15 lycées de la Nouvelle-Aquitaine et 10 lycées de la région Grand-Est avec pour objectif constant la réduction et/ou l'arrêt du tabagisme chez les jeunes.

Ce dispositif a entraîné un regain de motivation au changement chez les fumeurs (la conférence motivant à l'arrêt/réduction $p < 0.0001$; et le challenge motivant principalement à l'arrêt du tabac $p < 0.0001$) afin de remporter ce défi de santé publique. Cette augmentation de motivation est statistiquement très significativement corrélée à l'évolution de leur consommation tabagique ($p < 0,0001$), nous invitant à poursuivre nos efforts dans ce sens lors des prochains déploiements.

En gardant l'implication sur les réseaux sociaux de l'édition précédente des « supporters » (non-fumeurs) encourageant les « challengers » (fumeurs), nous avons constaté à quel point l'engagement des supporters était soutenant au travers de leurs différentes publications créatives (Une page INSTAGRAM® challenge_interlycees en NA, une page INSTAGRAM® challengetabac en GE, plus de 800 abonnés au total, plus de 900 publications, plus de 23 000 « j'aime », près de 50 000 vues et un TE de 50%). Cet engagement est allé encore plus loin car certaines classes de première ont créé leur propre conférence, basée sur notre modèle mais en se l'appropriant afin d'élargir la prévention à leurs pairs plus jeunes. Cette expérience de leadership spontané et inattendu leur a permis de développer davantage leur autonomie et de renforcer leurs compétences psycho-sociales.

L'impact du CIL a été très significatif en termes de réduction/arrêt de consommation dans l'ensemble des 2 régions (66.11% en NA et 74.87% en GE).

Au décours de cette expérience, les lycéens sont ressortis très satisfaits : 96.91 % ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence et 94.16 % l'ont appréciée et 91.33 % des élèves ont apprécié le challenge à J30 en NA. Pour le GE, c'est 95.87 % des élèves qui ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence et 92.81 % qui l'ont appréciée, et 91.97% des élèves ont apprécié le challenge à J30. Le CIL a procuré aux lycéens d'autres bénéfices collatéraux avec en prime une cohésion de groupe, et une responsabilisation de plusieurs d'entre eux concernant cet enjeu.

En conclusion, le CIL prouve au fil du temps et de son déploiement dans l'espace son efficacité auprès des jeunes. Il semble opportun de généraliser cet outil à l'ensemble du territoire national en incluant non seulement les lycéens, mais aussi le personnel d'établissement scolaire afin d'espérer avoir un impact social global. Toutefois cet objectif ne pourra se réaliser sans un investissement humain et financier avec le soutien et l'appui des autorités sanitaires et politiques et le concours du personnel des établissements scolaires.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- 1-** Organisation Mondiale de la Santé. Tabac, [En ligne]. [Consulté le 17/02/2020]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
- 2-** Le figaro. OMS: le tabac cause 7 millions de décès par an, [En ligne]. [Consulté le 15/06/2020]. Disponible sur: <https://www.lefigaro.fr/flash-actu/2017/05/30/97001-20170530FILWWW00119-oms-le-tabac-cause-7-millions-de-morts-par-an.php>
- 3-** Ng M, Freeman MK, Fleming TD, Robinson M, Dwyer- Lindgren L, Thomson B, et al. Smoking prevalence and cigarette consumption in 187 countries, 1980-2012. JAMA. 2014;311(2):183-92. DOI: 10.1001/jama.2013.284692
- 4-** Beck F, Richard JB, Guignard R, Le Nézet O, Spilka S. Les niveaux d'usage des drogues en France en 2014. Tendances, OFDT. 2015;(99):1-8. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxfbv3.pdf>
- 5-** Bonaldi C, Andriantafika F, Chyderiotis S, Boussac- Zarebska M, Cao B, Benmarhnia T, et al. Les décès attribuables au tabagisme en France. Dernières estimations et tendance, années 2000 à 2013. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire. 2016;(30-31):528-40. Disponible sur: http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2016/30-31/2016_30-31_7.html
- 6-** Ministère des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes. Programme national de réduction du tabagisme 2014-2019, [PDF, en ligne]. [Consulté le 21/11/2019]. Septembre 2014;55p. Disponible sur: <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/PNRT2014-2019.pdf>
- 7-** Organisation mondiale de la santé. Initiative pour un monde sans tabac, les jeunes et le tabac, [En ligne]. [Consulté le 21/11/2019]. Disponible sur: <https://www.who.int/tobacco/control/populations/youth/fr>
- 8-** Pasquereau A, Gautier A, Andler R, Guignard R, Richard JB, Nguyen-Thanh V; le groupe Baromètre santé 2016. Tabac et e-cigarette en France : niveaux d'usage d'après les premiers résultats du Baromètre santé 2016. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire. 2017;(12):214-22. Disponible sur: http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2017/12/2017_12_1.html
- 9-** Andler R, Richard JB, Guignard R, Quatremère G, Verrier F, Gane J, and al. Baisse de la prévalence du tabagisme quotidien parmi les adultes : résultats du Baromètre de Santé publique France 2018. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire. 2019;(15):271-77. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/baisse-de-la-prevalence-du-tabagisme-quotidien-parmi-les-adultes-resultats-du-barometre-de-sante-publique-france-2018>
- 10-** Santé publique France. Tabac, [En ligne]. [Consulté le 27/03/2020]. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/donnees/#tabs>
- 11-** Kopp P, Observatoire français des drogues et des toxicomanies. Le coût social des drogues en France, [PDF, en ligne]. [Consulté le 06/07/2020]. Saint-Denis. Septembre 2015;10p.

Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/publications/collections/notes/le-cout-social-des-drogues-en-france>

12- Santé publique France. Lancement de l'opération Moi(s) sans tabac : une nouvelle stratégie pour Santé publique France, [En ligne]. [Consulté le 11/03/2020]. Disponible sur: <http://www.santepubliquefrance.fr/Actualites/Lancement-de-l-operation-Moi-s-sans-tabac-une-nouvelle-strategie-pour-Sante-publique-France>

13- Fenton K. Stoptober: supporting smoking cessation in England. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire. 2016;(30-31):496-8. Disponible sur: http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2016/30-31/2016_30-31_2.html

14- Brown J, Kotz D, Michie S, Stapleton J, Walmsley M, West R. How effective and cost-effective was the national mass media smoking cessation campaign 'Stoptober'? Drug Alcohol Dependence. 2014;(135):52-8. DOI: 10.1016/j.drugalcdep.2013.11.003

15- Christakis NA, Fowler JH. The collective dynamics of smoking in a large social network. The New England Journal of Medicine. 2008;(358):2249-58. DOI: 10.1056/NEJMsa0706154

16- Doran GT. There's a S.M.A.R.T. Way to write management's goals and objectives. Management Review. 1981;(70):35-6.

17- West R, West A. Towards a synthetic theory of motivation (PRIME Theory) and its application to understanding addiction. Alcoolologie et Addictologie. 2008;30(1):37-45.

18- Tabac Info Service. Page d'accueil, [En ligne]. [Consulté le 14/06/2020]. Disponible sur: <https://www.tabac-info-service.fr>

19- Ministère des affaires sociales et de la santé. Dossier de presse, Moi(s) sans tabac : un défi collectif pour arrêter de fumer, [PDF, en ligne]. [Consulté le 06/07/2020]. Octobre 2016;13p. Disponible sur: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/061016_-_dp_-_mois_sans_tabac.pdf

20- Guignard R, Richard J-B, Pasquereau A, Andler R, Arwidson P, Smadja O and al. Tentatives d'arrêt du tabac au dernier trimestre 2016 et lien avec Mois sans tabac : premiers résultats observés dans le Baromètre santé 2017. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire. 2018;(14-15):298-303. Disponible sur: http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2018/14-15/pdf/2018_14-15_6.pdf

21- Santé publique France. L'opération « Moi(s) sans tabac » a remporté un franc succès auprès des Français, [En ligne]. [Consulté le 24 mars 2020]. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2016/l-operation-moi-s-sans-tabac-a-remporte-un-franc-succes-aupres-des-francais>

22- Tabac Info Service. Mois sans tabac, [En ligne]. [Consulté le 06/07/2020]. Disponible sur: <https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr>

23- Le Figaro. Mois sans tabac: l'édition 2019 a eu moins de succès, [En ligne]. [Consulté le 06/07/2020]. Disponible sur: <https://sante.lefigaro.fr/article/mois-sans-tabac-l-edition-2019-a-eu-moins-de-succes/>

- 24-** Ammouche M. Mobilisation pour le sevrage tabagique. *Egora l'Hebdo*. 2019;(233):16p.
- 25-** Fernandez L, Bonnet A, Teyssier MF, Apter MJ, Pedinielli JL, Sztulman H. Tabagisme et états métamotivationnels chez des adolescents et lycéens. *Psychotropes*. 2004;(10):19-46. DOI : 10.3917/psyt.102.0019.
- 26-** Inserm (Expertise Collective). *Tabac : comprendre la dépendance pour agir*. Paris. Les éditions Inserm. 2004;XII:473p.
- 27-** Comité national contre le tabagisme. Le tabagisme chez les jeunes en France, [En ligne]. [Consulté le 21/11/2019]. Disponible sur: <https://cnct.fr/le-tabagisme-chez-les-jeunes-en-france/>
- 28-** Flay BR. Youth Tobacco Use: risks, patterns, and control. In: Slate J, Orleans CT, *Nicotine addiction: principles and management*. New York, Oxford University Press. 1993;365-384.
- 29-** Kremers SPJ, Mudde AN, De Vries NK, et al. Unplanned smoking initiation: new insight and implications for interventions. *Patient Education and Counseling*. 2004;55(3):345-52. DOI: 10.1016/j.pec.2003.04.004
- 30-** Spijkerman R, Van den Eijnden RJ, Vitale S, Engels RC. Explaining adolescent's smoking and drinking behavior: the concept of smoker and drinker prototypes in relation to variables of the theory of planned behavior. *Addictive Behaviors*. 2004;29(8):1615-22. DOI: 10.1016/j.addbeh.2004.02.030
- 31-** Bauer UE, Johnson TM, Kopkins RS, Brooks RG. Changes in youth cigarette use and intentions following implementation of a tobacco control program: findings from the Florida Youth Tobacco Survey, 1998-2000. *JAMA*. 2000;284(6):723-728. DOI: 10.1001/jama.284.6.723
- 32-** Fédération Addiction, RESPADD. Jeunes et tabac : prévenir, réduire les risques et accompagner vers l'arrêt, [PDF, en ligne]. [Consulté le 27/03/2020]. Le Havre. Juin 2016;100p. Disponible sur: https://www.federationaddiction.fr/app/uploads/2016/09/manuel_WEB_02.pdf
- 33-** Code de la Santé Publique. Loi n° 76-616 du 9 juillet 1976 relative à la lutte contre le tabagisme. *JORF* du 10 juillet 1976: p. 4148
- 34-** Code de la Santé Publique. Loi no 91-32 du 10 janvier 1991 relative à la lutte contre le tabagisme et l'alcoolisme (1) *JORF* n°10 du 12 janvier 1991: p. 609
- 35-** Code de la Santé Publique. Loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé. *JORF* n°22 du 27 janvier 2016.
- 36-** Spilka S, Le Nézet O, Janssen E, Brissot A, Philippon A, Shah J, Chyderiotis S. Les drogues à 17 ans : analyse de l'enquête ESCAPAD 2017. *Tendances, OFDT*. Février 2018;123:8p. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxssy2.pdf>
- 37-** Spilka S, Le Nézet O, Ngantcha M, Beck F. Les drogues à 17 ans : analyse de l'enquête ESCAPAD 2014. *Tendances, OFDT*. Mai 2015;100:8p. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxssv5.pdf>

- 38-** Observatoire français des drogues et toxicomanies. Communiqué de presse OFDT, comparaison des usages de drogues à 17 ans dans les régions, [PDF, en ligne]. [Consulté le 14/06/2020]. Septembre 2018;2p. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/epcxjay9b.pdf>
- 39-** Tyas S, Pederson L. Psychosocial factors related to adolescent smoking: a critical review of the literature. *Tobacco Control*. 1998;7(4):409-420. DOI: 10.1136/tc.7.4.409
- 40-** Whalen CK, Jamner LD, Henke B, Delfino RJ. Smoking and moods in adolescents with depressive and aggressive dispositions: evidence from surveys and electronic diaries. *Health Psychology*. 2011;20(2):99-111. DOI: 10.1037//0278-6133.20.2.99
- 41-** Lalonde M, Heneman B. *La prévention du tabagisme chez les jeunes*. Québec, Institut national de santé publique. Octobre 2004;187p.
- 42-** Wu LT, Anthony JC. Tobacco smoking and depressed mood in late childhood and early adolescence. *American Journal of Public Health*. 1999;89(12):1837-40. DOI: 10.2105/ajph.89.12.1837.
- 43-** M. Choquet, C. Hassler, D. Morin, La santé des jeunes de 14 à 20 ans pris en charge par les services du secteur public de la Protection Judiciaire de la Jeunesse, sept ans après. *Inserm*. 2005;16p. Disponible sur: http://www.justice.gouv.fr/art_pix/1_rapport_inserm_sante.pdf
- 44-** Spilka S, Godeau E, Le Nézet O, Ehlinger V, Janssen E, Brissot A, and al. Usages d'alcool de tabac et de cannabis chez les adolescents du secondaires en 2018 : Etude EnCLASS. *Tendances n°132*, OFDT. Juin 2019 ;4p. Disponible sur :https://www.researchgate.net/profile/Emmanuelle_Godeau/publication/333748959_Usages_d'alcool_de_tabac_et_de_cannabis_chez_les_adolescents_du_secondaire_en_2018/links/5d0237a2a6fdccd13096fc09/Usages-dalcool-de-tabac-et-de-cannabis-chez-les-adolescents-du-secondaire-en-2018.pdf
- 45-** Obradovic I. Attitudes, Représentations, Aspirations et Motivations lors de l'Initiation aux Substances psychoactives - Enquête ARAMIS. Observatoire français des drogues et des toxicomanies. Septembre 2019;55p. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/epfxioza.pdf>
- 46-** Sunstein CR. Adolescent risk-taking and social meaning : A commentary. *Developmental Rev*. 2008;28(1):145-52
- 47-** Spilka S, Le Nézet O, Janssen E, Brissot A, Philippon A, Shah J, Chyderiotis S. Tabagisme et paquet de cigarettes : opinion des adolescents de 17 ans. Observatoire français des drogues et des toxicomanies. Mai 2018;4p. Disponible sur: <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/efxssy5.pdf>
- 48-** Légifrance. Circulaire du 29 novembre 2006 relative à l'interdiction de fumer dans les lieux à usage collectif, [En ligne]. [Consulté le 14/06/2020]. Disponible sur: <https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000000642153&categorieLien=id>

- 49-** Lecrique JM. Evaluation d'Unplugged dans le Loiret, programme de prévention de l'usage des substances psychoactives au collège. Saint-maurice ; Santé publique France. Mai 2019;2p. Disponible sur: https://www.drogues.gouv.fr/sites/drogues.gouv.fr/files/atoms/files/synthese_programme_unplugged_web_bat.pdf
- 50-** Lecrique JM. Evaluation, Evaluation d'Avenir sans Tabac, programme d'aide à l'arrêt et à la réduction de l'usage du tabac et du cannabis auprès des lycéens et des apprentis des Pyrénées-Atlantiques. Saint-maurice : Santé publique France. Mai 2019;2p. Disponible sur: <file:///C:/Users/Heidi/AppData/Local/Temp/synthese-resultats-evaluation-programme-avenir-sans-tabac-1.pdf>
- 51-** Minary L, Acouetey D-S, Boahadana A, Wirth N, Martini H, Alla F et al. Aide au sevrage tabagique pour les adolescents apprentis: le programme TABADO. Revue des maladies respiratoires 2010;27:663-666.
- 52-** Minary L. TABADO : evaluation d'un programme d'aide au sevrage tabagique pour les adolescents en centres de formation des apprentis (CFA). These de Sciences de la Vie et de la Sante: Universite de Lorraine; 2011.
- 53-** Minary L, Kivits J, Vallatta A, Agrinier N, Tarquinio C, Wirth N et all. Évaluation de l'efficacité d'une intervention d'aide au sevrage tabagique integrant une composante « soutien social » dans une population d'apprentis. Le programme RESIST. Congres SFSP. 2015; Tours.
- 54-** Vallata A, Alla F. TABADO 2 : un guide pour une strategie d'accompagnement au sevrage tabagique des adolescents en milieu scolaire (Guide d'implementation). Nancy, Bordeaux : Universite de Lorraine, Universite de Bordeaux ; 2019.60p.
- 55-** TABADO Ensemble, sans tabac. Le programme [Internet]. Boulogne Billancourt: Institut National du Cancer; 2019 [consulté le 12 mars 2020]. Disponible sur: <https://tabado.fr/leprogramme-Tabado>
- 56-** Institut National du Cancer. Challenge « Tabado Games » : Motiver et accompagner plus de 60 000 élèves et apprentis de filières professionnelles dans l'arrêt du tabac. Communiqué de presse [Internet]. Boulogne Billancourt: Institut National du Cancer; 2019 [consulté le 12 mars 2020]. Disponible sur: <https://www.e-cancer.fr/Presse/Dossierset-communiques-de-presse/Challenge-Tabado-Games-Motiver-et-accompagner-plus-de-60-000-eleves-et-apprentis-de-filieres-professionnelles-dans-l-arret-du-tabac>
- 57-** Portail documentaire Sante publique France. ASSIST - A Stop Smoking In Schools Trial [Internet]. Saint-Maurice: Sante publique France; [Consulte le 12 mars 2020]. Disponible sur: https://portaildocumentaire.santepubliquefrance.fr/exl-php/cadcgp.php?CMD=CHERCHE&MODELE=vues/spf___internet_registre/tplr.html&WHERE_IS_DOC_REF_LIT=REG00000049&&TABLE=SPF_REG
- 58-** Campbell R, Starkey F, Holliday J et al. An informal school-based peer-led intervention for smoking prevention in adolescence (ASSIST): a cluster randomised trial. Lancet. 2008;371:1595–1602.

- 59-** Eker F, El Mellah L, Béguinot E et al. Évaluation de l'acceptation de la méthode de prévention du tabagisme par les pairs ASSIST par les collégiens français. Congrès ADELFF-SFSP 2017 « Sciences et acteurs en santé : articuler connaissances et pratiques », 4-6 octobre 2017, Amiens.
- 60-** Lareyre O. P2P, une intervention de pair à pair visant à prévenir le tabagisme de lycéens professionnels : quel rôle de la Théorie du Comportement Planifié dans le maintien des comportements de santé ? Thèse de psychologie du développement. Université Paul Valéry - Montpellier III; 2016.
- 61-** Cousson-Gelie F, Lareyre O, Margueritte M, Paillart J, Huteau ME, Djoufelkit K et al. Preventing tobacco in vocational high schools: study protocol for a randomized controlled trial of P2P, a peer to peer and theory planned behavior-based program. BMC Public Health. 2018;18:494.
- 62-** Casant S. Réduction des risques en tabacologie : identification des leviers et des freins de l'implication des fumeurs dans un challenge antitabac inter lycées; thèse qualitative en « focus group » sur les élèves de terminale de quatre lycées bordelais. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2019;88p. (dumas-02513369)
- 63-** Lecollier O. Réduction des risques en tabacologie : étude transversale de l'impact d'un défi collectif inter-classes durant le Moi(s) sans tabac dans des classes de terminale de quatre établissements à Bordeaux. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2019;74p. (dumas-02393546)
- 64-** Adolphe A. Réduction des risques en tabacologie : Evolution de la consommation tabagique des lycéens fumeurs des classes de terminales de quatre établissements bordelais engagés dans un défi collectif dans le cadre du moi(s) sans tabac: évaluation à 3 mois. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2019;81p. (dumas-02498242)
- 65-** Rosier A. Déploiement d'un défi collectif de réduction des risques en tabacologie : impact du challenge inter-lycées 2018-2019 sur les consommations tabagiques des lycéens de terminale de 10 établissements de Gironde. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2020;61p.
- 66-** Ferderin A. Évolution des connaissances et de l'engagement des jeunes dans la lutte contre le tabac, à l'issue d'un défi de réduction des risques chez les lycéens de terminale de 10 établissements de Gironde. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2020;86p.
- 67-** Vercoustre B. Challenge Inter-lycées 2018 contre le tabac: Analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac chez des élèves de terminale de 3 établissements de Haute-Marne. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2020;89p.
- 68-** Kerjean J. Le tabac chez les adolescents. Comment les convaincre de ne pas fumer ? Comment les aider à arrêter de fumer ? Revue Française d'Allergologie et d'Immunologie Clinique. Novembre 2005;45(7):561-564. DOI: 10.1016/j.allerg.2005.07.003

- 69-** Bourguignon d'Herbigny A. Challenge Inter-Lycées 2019 contre le tabac et les addictions : analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac dans dix lycées de la région Grand-Est. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2021;105p.
- 70-** Buchsenschutz V. Challenge Inter-Lycée 2019 contre le tabac et les addictions : analyse quantitative de l'impact d'un défi collectif sur la réduction et l'arrêt du tabac dans quinze lycées de Nouvelle-Aquitaine. Thèse en médecine humaine et pathologie. Université de Bordeaux. 2021;95p.
- 71-** Barrère M. Connaissance, attitudes et comportements vis-à-vis des IST/SIDA. In [cité 30 sept 2020]. p. 32. Disponible sur: <https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR163/15chapitre15.pdf>
- 72-** M. Underner. Le tabagisme est-il une maladie chronique ? oui. Revue des maladies respiratoires. Volume 32, numéro 7, pages 663-66. Septembre 2015.
- 73-** Grémy I, Halfen S, Sasco A, Slama K. Les connaissances, attitudes et perceptions des Franciliens à l'égard du tabac. ADSP. sept 2002;(40):53-56.
- 74-** Tauzin A. Nombre d'utilisateurs des réseaux sociaux : Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat, WhatsApp, TikTok, LinkedIn, Pinterest [Internet]. Blog d'un responsable webmarketing en agence. 2020 [cité 30 sept 2020]. Disponible sur: <http://www.alexitauzin.com/2013/04/combien-dutilisateurs-de-facebook.html>
- 75-** Mediamétrie. (Cité le 29 Décembre 2019). Les réseaux sociaux sur smartphone : audiences de masse et spécificités des publics le 04 juillet 2016, [En ligne]. Disponible : <https://www.mediametrie.fr/fr/les-reseaux-sociaux-sur-smartphone-audiences-de-masse-et-specificites-des-publics>
- 76-** Espaze M. Instagram, le chouchou des jeunes ? [Internet]. Blog SEMrush. 2020 [cité 30 sept 2020]. Disponible sur: <https://fr.semrush.com/blog/reseaux-sociaux-instagram-2020/>
- 77-** Autelitano L, Henry C, Mebarki A, Olivier P, Orchard F. Les réseaux sociaux et la santé : un enjeu pour le suivi des patients et la recherche scientifique. sept 2018;60.
- 78-** Bour L. Le taux d'engagement en marketing d'influence [Internet]. <https://www.journalducsm.com/>. 2020 [cité 18 janv 2021]. Disponible sur: <https://www.journalducsm.com/taux-engagement-marketing-influence-reseaux-sociaux/>
- 79-** Bour L. Qu'est-ce que le taux d'engagement Facebook et comment le calculer ? [Internet]. <https://www.journalducsm.com/>. 2018 [cité 18 janv 2021]. Disponible sur: <https://www.journalducsm.com/dictionnaire-marketing/taux-engagement-facebook/>
- 80-** Heard D. Réseaux sociaux et community management : la prévention à la rencontre des publics. 10èmes journées de la prévention et de la santé publique: Téléphone, internet, réseaux sociaux : quelle efficacité en prévention pour la santé ?; 2015 juin 9; Paris-centre universitaire des Saints-Pères.
- 81-** Santé Publique France. (Cité le 31 Décembre 2019). Les actualités 2017 : Santé publique France sur les réseaux sociaux ...suivez-nous mis à jour le 20 Mai 2019, [En ligne]. Disponible :

<https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2017/santepublique-france-sur-les-reseaux-sociaux-suivez-nous>

82- TABADO. (Cité le 31 Décembre 2019). Tabado games, [En ligne]. Disponible : <https://tabado.fr/tabado-games>

83- YouTube. (Cité le 01 Janvier 2020). Rejoignez les TABADO Games – Le programme pour vous aider à arrêter de fumer le 16 octobre 2019, [En ligne]. Disponible : https://www.youtube.com/watch?v=2VBa2vGBfTo&feature=emb_title

84- Prev'enBus. (Cité le 1er Janvier 2020). Prev'enBus pour les jeunes le challenge interlycées, [En ligne]. Disponible : <https://www.prevenbus.com/le-challenge-interlycee-1.html>

85- YouTube. (Cité le 1er Janvier 2020). Challenge inter-lycées 2018 contre le tabac le 5 avril 2019, [En ligne]. Disponible : <https://www.youtube.com/watch?v=xv0xea7RLnQ&t=1s>

86- Haute Autorité de Santé. Niveau de preuve et gradation des recommandations de bonne pratique, [PDF, en ligne]. [Consulté le 21/06/2020]. Avril 2013;92p. Disponible sur: https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-06/etat_des_lieux_niveau_preuve_gradation.pdf

87- Luis É, Lamboy B. Les compétences psychosociales : définition et état des connaissances. 1 mars 2015;(431):12-16.

88- World Health Organization (WHO). *Life skills education in schools*. Geneva: WHO, 1997 : 48p.

89- Mangrulkar L., Whitman C.V., Posner M. *Life skills approach to child and adolescent healthy human development*. Washington DC: Pan American Health Organization, 2001 : 61 p. En ligne : http://hhd.org/sites/hhd.org/files/paho_lifeskills.pdf

90- World Health Organization (WHO). *Skills for health: Skills-based health education including life skills: An important component of a child-friendly/health-promoting school*. Geneva: WHO, 2003 : 88 p. En ligne : http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_skills4health_03.pdf

91- World Health Organization (WHO). Preventing violence by developing life skills in children and adolescents. In: *Violence prevention: the evidence*. Geneva: WHO, 2010: p. 27-43. En ligne: www.who.int/violence_injury_prevention/violence/4th_milestones_meeting/evidence_briefings_all.pdf

92- United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). *Compilation of Evidence-Based Family Skills Training Programmes*. Vienne : UNODC, 2010 : 128 p. En ligne : www.unodc.org/docs/youthnet/Compilation/10-50018_Ebook.pdf

93- Hutchings J., Lane E. Parenting and the development and prevention of child mental health problems. *Current Opinion in Psychiatry*, 2005, vol. 18, n° 4 : p. 386-391.

94- Pettit G.S., Bates J.E. Family interaction patterns and children's behavior problems from infancy to four years. *Developmental Psychology*, 1989, vol. 25, n° 3 : p. 413-420.

95- Undernera M, Peifferb G. Interprétation des valeurs du CO expiré en tabacologie. Revue des Maladies Respiratoires. 2010;27(4):293-300. DOI : 10.1016/j.rmr.2009.09.004

96- EMERY J. La cigarette, faut qu'on en parle ! [Internet]. 2008 [cité 2 oct 2020]. (Drogues et dépendances). Disponible sur:
http://mediatheque.lecrips.net/index.php?lvl=notice_display&id=73343

ANNEXES

Annexe 1 : attestation du CPP

Comité de Protection des Personnes « Ile de France II »

Bureau :

Présidente : Stéphane DONNADIEU
Vice-Président : Marie-France MAMZER-BRUNEEL
Secrétaires : Laura CHEVREAU, Pierre COLONNA

Membres :

C. ARDIOT, C. BADOUAL, C. BALLOUARD, H. BEAUSSIER, J.-L. BRESSON, C. BROISSAND, M. DE FALLOIS, A.GOUEL,
L.GUEST, A-S. JANNOT, M.LARGEAU, J.NEVANT, M.SEHAN,

Secrétariat : Nora VESTRIS

Mme Géraldine VANDERSNICKT
Prev'enBus
4 RUE REGIS
33000 Bordeaux

PARIS, le 30/10/2019

Projet de recherche n°: **19.08.14.43038 RIPH3 HPS**
N° ID RCB : [2019-A02177-50](#)

Le Comité a été saisi en date du **11/10/2019** d'une demande d'avis pour un projet de recherche impliquant la personne humaine de catégorie 3° intitulé:

« Réduction des risques en tabacologie : étude d'un défi collectif inter-classes en établissement d'enseignement secondaire dans le cadre du mois sans tabac 2019 et 2020 »

Investigateur en France : : [Dr Géraldine VANDERSNICKT](#)

Promoteur : [Prev'enBUS](#)

Le Comité considère qu'il ne s'agit pas d'une recherche impliquant la personne humaine au sens de l'article L. 1121-1 du Code de la santé publique. Il attire l'attention du promoteur sur les problématiques éthiques soulevées par cette étude (inclusion de classes entières, questionnant le consentement libre et éclairé de chacun des élèves pris individuellement ; indemnisation des mineurs...). Par ailleurs, le rectorat doit être informé de l'existence de cette étude.

Dr Stéphane DONNADIEU,
Président du CPP Ile de France 2

CPP Ile de France 2
149 rue de Sèvres
75743 Paris cedex 15
Carré Necker - Porte N2
Tél. : 01 42 19 26 88
Fax : 01 44 49 45 06

Projet de recherche n°: **19.08.14.43038 RIPH3 HPS**
N° ID RCB : [2019-A02177-50](#)

Annexe 2 : questionnaire à J0 recto



1) VOTRE PROFIL:

Prénoms: _____ Pseudo: _____

Sexe: masculin / féminin (_____) Âge: _____

2) LE TABAC ET VOUS:

Étes-vous: non fumeur / fumeur / fumeur occasionnel / ancien fumeur
(ancien fumeur = 9 cigarette depuis plus de 3 mois)

Si vous êtes fumeur ou fumeur occasionnel:

- Vos parents sont ils au courant? oui, les deux / oui, un seul / non
- Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour? _____
- ▣ Si moins d'une cigarette par jour, combien environ par semaine? _____
- ▣ Si cloche, combien par semaine? _____
- ▣ Si cannabis, combien de joints en moyenne par jour? _____ Par semaine? _____
- Combien de cigarettes fumez-vous en soirée ou lors d'une fête? _____
- Depuis combien de temps fumez-vous? _____
- Combien dépensez-vous d'argent par semaine dans les cigarettes? _____
- Êtes vous le seul fumeur à votre domicile? _____
- Avez-vous déjà essayé d'arrêter de fumer? Oui / Non

Votre motivation pour arrêter avant conférence :

Votre motivation pour diminuer avant conférence :



3) QUESTIONNAIRE AVANT CONFÉRENCE:

	VRAI	FAUX	JE NE SAIS PAS
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Après avoir répondu aux 20 questions :

POSEZ LES STYLOS

Annexe 3 : questionnaire à J0 verso

4) QUESTIONNAIRE APRÈS LA CONFÉRENCE:
Ne pas utiliser cette grille pour noter la correction

	VRAI	FAUX	JE NE SAIS PAS
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

4) APRÈS LA CONFÉRENCE:

- Citez une chose qui vous a marqué pendant la conférence :

- Avez-vous appris des choses pendant cette conférence? Un peu / Beaucoup / Non / Pas du tout
- Avez-vous apprécié cette conférence? Un peu / Beaucoup / Non / Pas du tout

Pour les fumeurs ou fumeurs occasionnels : Après la conférence, où situez-vous votre motivation:

Pour arrêter de fumer :

Pour diminuer :



Commentaires libres:

Annexe 4 : questionnaire à J30



QUESTIONNAIRE FINAL CHALLENGE INTERLYCÉES 2019

Etablissement : **Première :** **Pseudo :**

Merci d'entourer les bonnes réponses :

1. Avant le challenge : Etiez-vous: non fumeur / fumeur / fumeur occasionnel / ancien fumeur
2. Si vous étiez fumeur ou fumeur occasionnel : Combien de cigarettes fumiez-vous en moyenne par jour? par semaine?

Les supporters (= non fumeurs ou anciens fumeurs au début du challenge) passent directement à la question 3.

Si vous êtes inscrit en tant que challenger (—> fumeur ou fumeur occasionnel)

Cadre à remplir par l'équipe de Prev'enBus
Taux de CO final :

- a) Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour maintenant? par semaine?
- b) Votre consommation de tabac a-t-elle été : réduite / arrêtée / augmentée / inchangée
- c) Ce challenge vous a-t-il motivé à DIMINUER votre consommation de tabac sur ce mois? Pas du tout/ Un Peu/ Beaucoup
- d) Ce challenge vous a-t-il motivé à ARRÊTER votre consommation de tabac sur ce mois? Pas du tout/ Un Peu/ Beaucoup
- e) Ce challenge vous a-t-il motivé à DIMINUER votre consommation de tabac pour l'avenir (dans quelques semaines ou mois)? Pas du tout/ Un Peu/ Beaucoup
- f) Ce challenge vous a-t-il motivé à ARRÊTER votre consommation de tabac pour l'avenir (dans quelques semaines ou mois)? Pas du tout/ Un Peu/ Beaucoup
- g) Si vous êtes toujours fumeur ou fumeur occasionnel : où situez-vous votre motivation à ARRÊTER le tabac en 2020 ?
Echelle de 0 (0= pas du tout motivé) à 10 (10=déterminé à changer)

0 > 1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > 9 > 10

- h) Si vous êtes toujours fumeur ou fumeur occasionnel : où situez-vous votre motivation à DIMINUER le tabac en 2020 ?

0 > 1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > 9 > 10

3. Pour TOUS : Ce que vous avez retenu du « CHALLENGE INTERLYCÉES »:

Questions	Vrai	Faux	Ne sais pas
1. Je peux devenir dépendant en fumant qu'en soirée			
2. Un joint est plus toxique pour les poumons qu'une cigarette			
3. Fumer une cigarette roulée revient à fumer plusieurs cigarettes industrielles			
4. Il y a plus de 4000 substances dans le tabac			
5. Le tabac tue plus que l'alcool			

- a) Citez une chose qui vous a marqué pendant le challenge :
- b) Avez-vous apprécié ce challenge? : Non / Oui, un peu / Oui, beaucoup

-Si oui : citez ce que vous avez le plus apprécié (plusieurs réponses possibles) :

.....

-Si non : citez ce que vous n'avez pas apprécié (plusieurs réponses possibles) :

.....

- c) Donnez 3 mots pour qualifier ce challenge:

...../...../.....

COMMENTAIRES LIBRES : (Ex: idées récompenses pour édition 2020, choses positives du Challenge ou choses à améliorer, intérêt du Challenge, ressentis, conférence, etc....)

.....

.....

.....

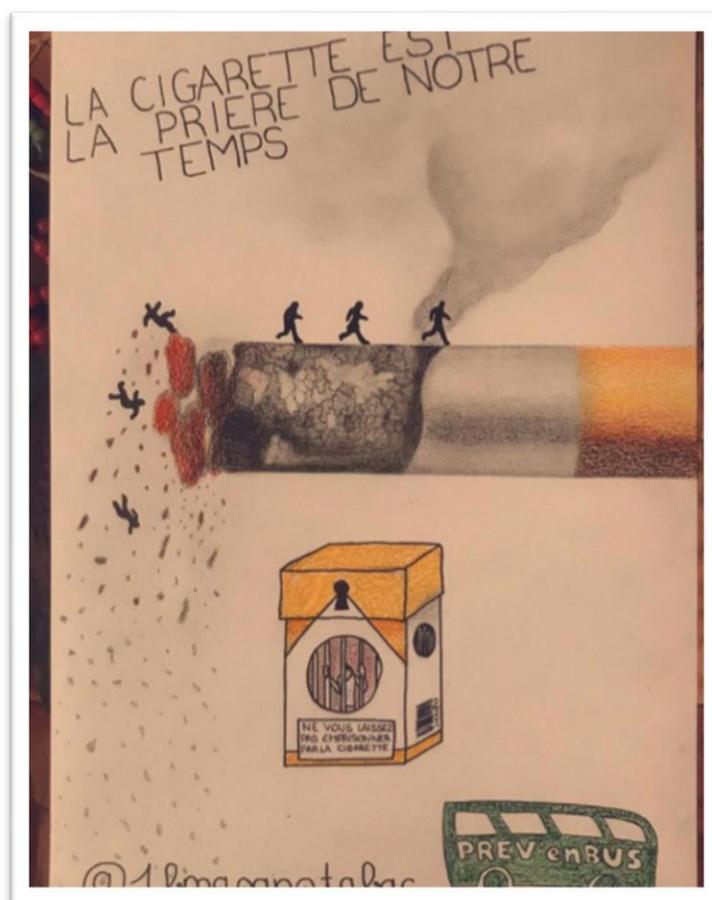
Annexe 5 : les défis relevés par les élèves

Défi 1 : faire un dessin de qualité qui vise à faire arrêter de fumer ou qui démontre votre lutte contre le tabac.



1. 1ere BMA lycée pro (métiers de l'art) Gabriel Hauré Placé, Coarrazze (64)
2. 1ere G7 Lycée de Parentis (40)
3. 1ere PRO A lycée Gabriel Hauré Placé, Coarrazze (64)

1ere BMA lycée pro (métiers de l'art) Gabriel Hauré Placé, Coarrazze (64)



1ere G7 Lycée St Exupéry de Parentis (40)



1ere PRO A lycée Gabriel Hauré Placé, Coarraze (64)



Défi 2 : création du logo du CIL contre le tabac, le gagnant pourra éventuellement devenir le logo officiel du CIL.



1. 1ere G5 lycée La Venise Verte, Niort (79) Les Deux Sèvres
2. 1ere BMA lycée pro (métiers de l'art) Gabriel Hauré Placé, Coarraze (64)
3. 1ere G2 lycée Philippe Cousteau, St André de Cubzac (33)

1ere G5 lycée La Venise Verte, Niort (79) Les Deux Sèvres



1ere BMA lycée pro (métiers de l'art) Gabriel Hauré Placé, Coarraze (64)



1ere G2 lycée Philippe Cousteau, St André de Cubzac (33)



Défi 3 : réalisation d'une chanson sur une bande son avec des mots imposés (CIL, Prev'ibus...).



1. 1ere G5 lycée La Venise Verte, Niort (79) Les deux Sèvres

Défi 4 : obtenir le soutien vidéo ou écrit de personnalités françaises ou internationales.



Pour ce 4^{ème} défi, il n'y a pas de podium gagnant car il y a eu beaucoup de participation des élèves ; ils sont donc tous gagnants.

Toutefois, ci-dessous l'exemple de deux lycées qui se sont démarqués particulièrement.

Pour le soutien de la 1ere G7 du Lycée de Parentis (40) :



Tom RIVOIRE, acteur qui joue dans les bracelets rouges sur TF1



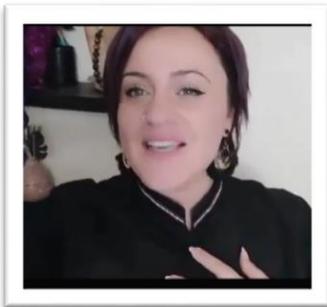
Frederic DIEFFENTHAL, acteur Français



Éric, lieutenant-colonel, ancien membre de la Patrouille de France



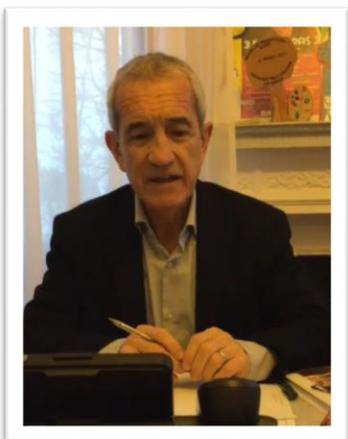
Clément LAPORTE, champion du monde de rugby U20



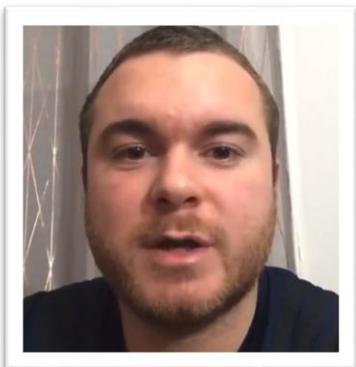
Virginie LAMPS, meilleur ouvrier de
France en esthétique et art du
maquillage



Militaires des forces spéciales de
l'armée de l'air



Le Maire de Parentis en 2019 Christian
ERNANDORENA



Dylan sierra, joueur de handball aux
Girondins de bordeaux



Aziz DIABATE, acteur qui joue dans les Bracelets Rouges et qui a participé à danse avec les stars sur TF1

Pour le soutien de la 1ere G3 du lycée Valin, La rochelle (17) :



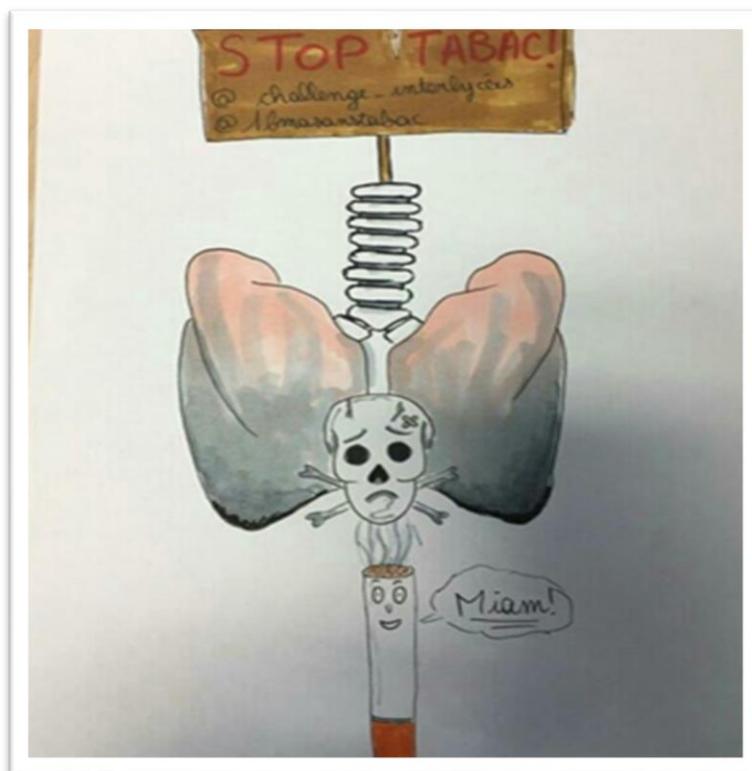
Valentin ROUVIER, Champion de France de triathlon

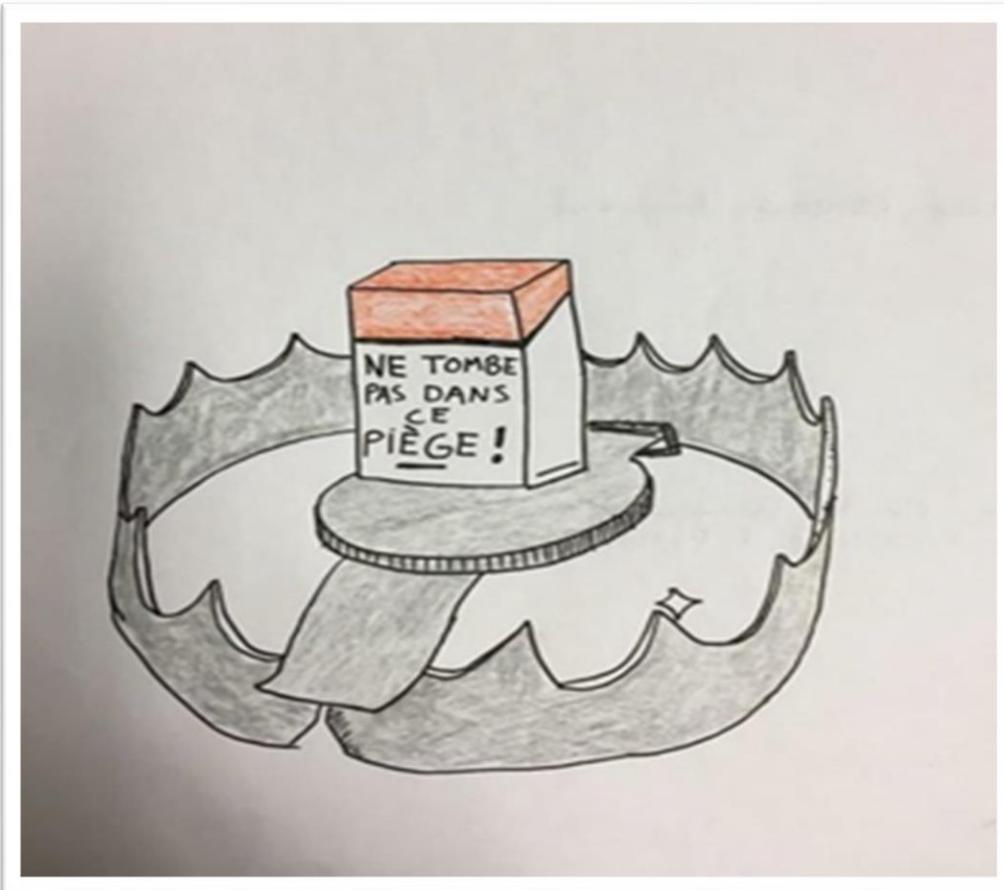


DJILSI youtubeur toulousain de caméras cachées

Ainsi que d'autres Youtubeurs moins connus...

Annexe 6 : quelques réalisations des lycéens sur les réseaux sociaux







*Si l'accepte mon oncle, tu acceptes aussi mes 7 substances cancérigènes et faire partie de 35 décès liés au tabac, d'avoir 90% de risque de cancer des poumons... C'est cool non?



Annexe 7 : Mini conférences organisées par certaines classes auprès de leurs pairs

Première G7 du Lycée St Exupéry de Parentis en Born qui a reproduit la conférence motivationnelle auprès de deux classes de sixième du collège de la ville. Ils ont créé leur propre diaporama contenant aussi un quiz didactique sur les dangers du tabac.





Première G3 (PG3) du Lycée Valin de La Rochelle qui a reproduit la conférence motivationnelle auprès des classes de Seconde de leur Lycée sur le même principe du Lycée de Parentis.



Des personnalités politiques leur ont manifesté leur soutien comme le Maire de La Rochelle pour la PG3 du Lycée Valin :

VILLE DE LA ROCHELLE

DIRECTION SANTÉ PUBLIQUE
ET ACCESSIBILITÉ

La Rochelle, le 02 DEC. 2019

LE MAIRE

à l'attention de Lillo Gavois
Classe PG3
Dispositif - Novembre sans tabac -
Lycée Valin
lgavois452@gmail.com

*N/Référence : n° 624/2019 - CP/SS
Dossier suivi par : Christine POL - ☎ 05 46 51 51 42
Objet : Projet de la classe PG3
- Novembre sans tabac -*

Cher Monsieur,

Chaque année, 200000 mineurs commencent à fumer ; ils consomment leur première cigarette entre 11 et 12 ans. Plus on commence jeune plus les risques pour la santé sont importants. C'est pourquoi, la Ville de La Rochelle s'est engagée à réduire l'initiation au tabagisme des jeunes et à promouvoir l'exemplarité par la mise en place d'espaces publics sans tabac.

En 2019, la Ville déclare deux plages sans tabac et invite chacun à ne pas fumer devant les écoles maternelles et élémentaires.

Par ailleurs, la Ville relaie le mois sans tabac en animant avec les partenaires (Groupe Hospitalier, Richelieu et associations) des stands de prévention dans les quartiers.

Votre action qui incite les jeunes à prendre soin de leur santé en diminuant voire arrêtant leur consommation de tabac va dans le sens des priorités de santé publique portées par la Ville.

La démarche que vous utilisez - prévention par les pairs -, menée - par des lycéens pour des lycéens - est très pertinente pour apporter de l'information et faire évoluer les comportements.

De plus, vos moyens de communication via les réseaux sociaux, notamment Instagram, permet de sensibiliser un maximum de jeunes. Le nombre de vues de certaines capsules vidéos le prouve.

Je ne peux que vous encourager à poursuivre ce type d'actions qui complètent bien celles mises en place sur le territoire.

Je tiens à féliciter toute la classe PG 3 du Lycée Valin pour l'initiative et l'engagement dans ce projet - Novembre sans tabac -.

Je vous prie de croire, Cher Monsieur, à l'expression de mes respectueuses salutations.

Pour le Maire,
le Conseiller municipal délégué
à la Santé Publique et Accessibilité,



Annexe 8 : les gagnants du CIL 2019

Pour la Nouvelle Aquitaine, la classe de 1^{ère} G3 du lycée Valin a remporté le challenge et gagné une journée au FUTUROSCOPE.

En ce qui concerne le Grand Est, c'est la classe de 1^{ère} STMG2 du lycée Vitry François 1^{er} qui a remporté une journée au Parc Astérix.

Malheureusement, à cause de la pandémie de Coronavirus et du confinement, les parcs ont fermé leurs portes et les élèves n'ont pu profiter de leur prix. Nous relançons encore à l'heure actuelle les parcs pour obtenir une nouvelle date.

SERMENT D'HIPPOCRATE

Au moment d'être admis à exercer la médecine, je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité.

Mon premier souci sera de rétablir, de préserver ou de promouvoir la santé dans tous ses éléments, physiques et mentaux, individuels et sociaux.

Je respecterai toutes les personnes, leur autonomie et leur volonté, sans aucune discrimination selon leur état ou leurs convictions. J'interviendrai pour les protéger si elles sont affaiblies, vulnérables ou menacées dans leur intégrité ou leur dignité. Même sous la contrainte, je ne ferai pas usage de mes connaissances contre les lois de l'humanité.

J'informerai les patients des décisions envisagées, de leurs raisons et de leurs conséquences. Je ne tromperai jamais leur confiance et n'exploiterai pas le pouvoir hérité des circonstances pour forcer leurs consciences.

Je donnerai mes soins à l'indigent et à quiconque me les demandera.

Je ne me laisserai pas influencer par la soif du gain ou la recherche de la gloire.

Admis dans l'intimité des personnes, je tairai les secrets qui me sont confiés. Reçu à l'intérieur des maisons, je respecterai les secrets des foyers et ma conduite ne servira pas à corrompre les mœurs.

Je ferai tout pour soulager les souffrances. Je ne prolongerai pas abusivement les agonies. Je ne provoquerai jamais la mort délibérément.

Je préserverai l'indépendance nécessaire à l'accomplissement de ma mission. Je n'entreprendrai rien qui dépasse mes compétences. Je les entretiendrai et les perfectionnerai pour assurer au mieux les services qui me seront demandés.

J'apporterai mon aide à mes confrères ainsi qu'à leurs familles dans l'adversité.

Que les hommes et mes confrères m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses ; que je sois déshonoré et méprisé si j'y manque.

RESUME

Challenge inter-lycées (CIL) 2019 contre le tabac et les addictions : analyse de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact de l'édition 2019 en Grand-Est et Nouvelle Aquitaine.

Introduction : la prévention du tabagisme chez les jeunes est un enjeu majeur de santé publique. Le CIL, challenge de type défi-récompense propose, à la suite d'une conférence motivationnelle, à des élèves de 15 lycées de Nouvelle-Aquitaine (NA) et 10 lycées du Grand-Est (GE) d'arrêter de fumer pendant 1 mois. **Objectif :** principalement étudier l'évolution de la motivation au changement des lycéens et sa corrélation avec l'impact du CIL. Puis secondairement l'engagement des lycéens sur les réseaux sociaux dans la lutte contre le tabac et leur satisfaction à l'issu du CIL. **Matériel et méthode :** étude interventionnelle quantitative réalisée grâce à un questionnaire déclaratif auto-administré incluant un quiz, avant/après la conférence, puis à un mois. Les fumeurs évaluaient leur motivation au changement ; les non-fumeurs étaient invités à encourager les fumeurs à modifier leur consommation de tabac via des défis collectifs et des publications en tout genre sur les réseaux sociaux, et l'ensemble des lycéens répondaient à l'enquête de satisfaction. La classe gagnante remportait une journée dans un parc d'attraction. **Résultats :** augmentation significative de la motivation des fumeurs ($p < 0.0001$) après le binôme conférence/challenge pour réduire leur tabagisme : de 4.66/10 à 6.9/10 en NA, et de 4.37/10 à 7.14/10 en GE ; pour arrêter leur tabagisme : de 3.41/10 à 5.84/10 en NA, et de 3.48/10 à 6.3/10 en GE, entraînant un taux statistiquement corrélé ($p < 0.0001$) de réduction/arrêt de tabac de 74% en GE et 66% en NA. L'engagement des non-fumeurs sur les réseaux sociaux a été notoire (plus de 800 abonnés au total, plus de 900 publications, plus de 23 000 « j'aime », près de 50 000 vues et un taux d'engagement de 50%). Concernant la satisfaction des lycéens en NA, 96.91 % ont déclaré avoir appris des notions durant la conférence (95.87% en GE) et 94.16 % l'ont appréciée (92.81% en GE) ; et 91.33 % des élèves (91.97% en GE) ont apprécié le challenge à J30. **Conclusion :** à l'issue du challenge, les non-fumeurs se sont engagés sur les réseaux sociaux pour soutenir leurs pairs fumeurs qui ont eu un rebond motivationnel afin de changer leurs habitudes. Cette motivation étant corrélée aux très bons résultats des fumeurs, les lycéens en sont ressortis pleinement satisfaits. Ces résultats du CIL 2019 incitent donc à un déploiement national.

Mots clés : Challenge inter-lycées, prévention, tabac, lycéens, motivation, satisfaction, engagement.

ABSTRACT

Inter-high school challenge (IHC) 2019 against tobacco and general addictions: analysis of the high school students' motivation to change and its correlation with the IHC's impact in Grand-Est and Nouvelle Aquitaine regions in France.

Introduction: smoking prevention in youth is a major public health issue. Therefore, after a motivational conference, the IHC, a challenge-reward type of event, offered to junior students of 15 high schools of the Nouvelle Aquitaine (NA) and 10 high schools of the Grand Est (GE) regions in France to quit smoking for a month. **Objective:** mainly study the evolution of high school students' motivation to change and its correlation with the IHC's impact; then secondarily the commitment of high school students on social networks in the fight against tobacco and their satisfaction at the end of the challenge. **Material and method:** this was a quantitative interventional study achieved through the use of a declarative self-administered questionnaire including a quiz, before/after the conference and then one month later. The smokers evaluated their motivation of changing; non-smokers were invited to encourage smokers to modify their tobacco consumption through collective challenges and publications of all kinds on social networks, and all the high school students answered the satisfaction survey. The winning class won day tickets to an amusement park. **Results:** significant increase in the motivation of smokers ($p < 0.0001$) after the conference/challenge pair to reduce their smoking: from 4.66/10 to 6.9/10 in NA, and from 4.37/10 to 7.14/10 in GE; to stop their smoking: from 3.41/10 to 5.84/10 in NA, and from 3.48/10 to 6.3/10 in GE, leading to a statistically correlated ($p < 0.0001$) reduction/stopping tobacco rate of 74% in GE and 66% in NA. The commitment of non-smokers on social networks was notable (over 800 total subscribers, over 900 posts, over 23,000 "like", nearly 50,000 views and a 50% engagement rate). Regarding the satisfaction of high school students in NA, 96.91% declared having learned notions during the conference (95.87% in GE) and 94.16% appreciated it (92.81% in GE); and 91.33% of students (91.97% in GE) appreciated the challenge 30 days later. **Conclusion:** at the end of the challenge, non-smokers actually got involved on social networks to support their smoking peers who had a motivational rebound in order to change their habits. This motivation being correlated with the very good results of smokers, the high school students came out fully satisfied. These IHC's results therefore encourage a national deployment.

Key words: Inter-high school challenge, prevention, tobacco, high school students, motivation, satisfaction, commitment.