

Motivation d'arrêt et prévalence tabagique chez les Alcooliques Anonymes :

L'expérience d'arrêt d'alcool
comme potentiel levier motivationnel
pour l'arrêt du tabac ?



Melle Rachel Hubert

Background

- L'alcoolisme= une maladie incurable dont l'unique traitement est l'abstinence.
- AA = mouvement d'entraide créé en 1935.
- **Fondateurs** : Bill, un agent de change de New York et Bob, un chirurgien de L'Ohio

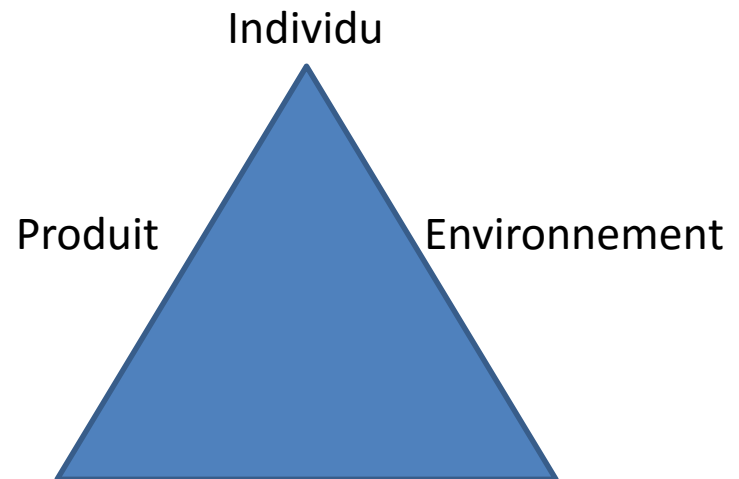


Principes des AA

1. Accueil inconditionnel et apprentissage de compétences psycho-sociales
2. Méthode pratique
3. Culture identitaire de l'abstinence et éveil spirituel

Similitudes et différences entre tabac et alcool

- Risques sanitaires, comorbidités, co-addictions.
- Symptômes de sevrage, renforcements positifs et négatifs, phénomène de tolérance.
- Degré de dépendance et rapidité d'initiation à la dépendance.
- Conséquences sociales.
- Le triangle d'Olivenstein



Parmi les outils d'arrêt...



Objectifs de l'étude

- Perception de la méthode AA par les AA
- Impact de l'arrêt d'alcool et du tabac sur l'estime de soi
- Influence de l'arrêt d'alcool sur l'arrêt du tabac
- Utilité du programme AA pour le sevrage tabagique

Population

- AA (n =64) dont abstinents d'alcool (n=61)
- Répartition en 3 groupes:
 - Fumeurs: n= 27
 - Ex-fumeurs : n = 29
 - Non Fumeurs : n = 8

Méthodologie

1. Caractéristiques démographiques : âge, sexe, niveau d'études, situation professionnelle
2. Données alcool :
 - Historique « alcoolique »
 - Groupe AA : fréquentation, perception
 - Questionnaire Audit pour la consommation
 - Données lors de l'arrêt de la consommation d'alcool
3. Statut tabagique :
 - Histoire « tabagique »
 - Index du tabagisme
 - Données lors de l'arrêt du tabac
 - Représentation de la méthode AA comme aide au sevrage tabagique
4. Evaluation de l'estime de soi : questionnaire de Rosenberg (10 questions)

Caractéristiques de la population

Nombre	64
Age	57 ± 12 ans
Sexe	28 F / 36 H
Age de la 1 ^{ère} ivresse	17 ± 9ans
Age de début de la consommation problématique alcool	31 ± 12ans
Score Audit	29.4 ± 5.8

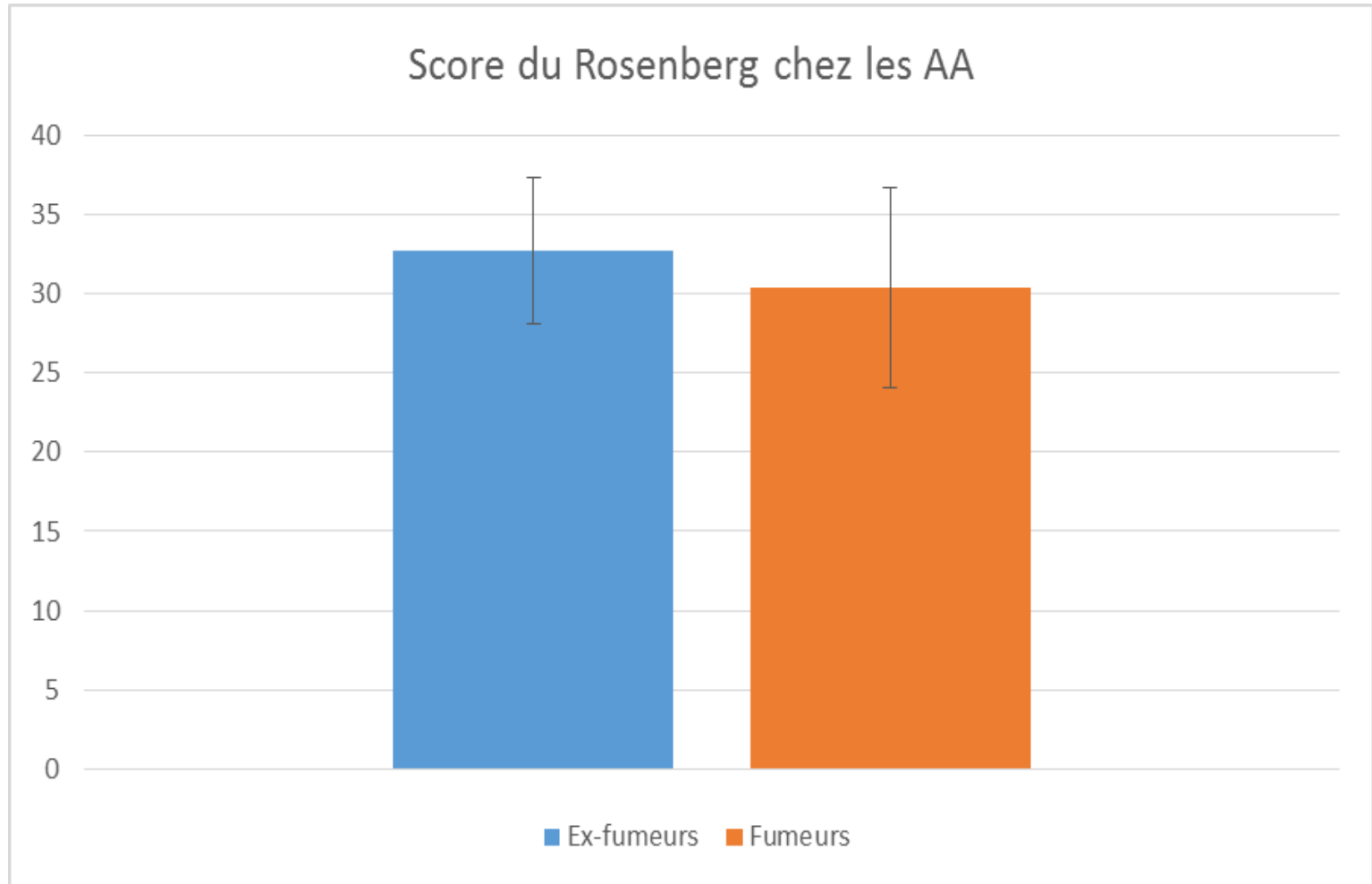
Population : Abstinentes d'alcool et « tabagique »

Abstinentes d'alcool (N)	61
Age du début d'abstinence (moy ± SD)	47 ± 10 ans
Durée d'abstinence (moy ± SD)	9.8 ± 9.7 ans
Durée de présence en AA (moy ± SD)	10.41 ± 10 ans
Augmentation de perception de l'image de soi (+) (n)	53 (86.8%)
Augmentation de la qualité de vie familiale (n)	52 (85.2%)
Perception des bénéfices santé (n)	51 (83.6%)
Perception des bénéfices argent (n)	34 (55.7 %)
Tabagique (N)	56
Les outils du programme AA et arrêt de tabac	47 (83.9%)
Augmentation de la confiance pour l'arrêt du tabac	41 (73.2%)
Estime de soi chez AA et confiance pour l'arrêt du tabac	39 (69%)
Connaissance des compétences (AA) et aide à l'arrêt du tabac	37 (66%)
Accueil sans jugement chez AA et image de soi	37 (66%)
Envie d'arrêt du tabac en lien avec l'arrêt de l'alcool	33 (58.9%)

Population « tabagique »

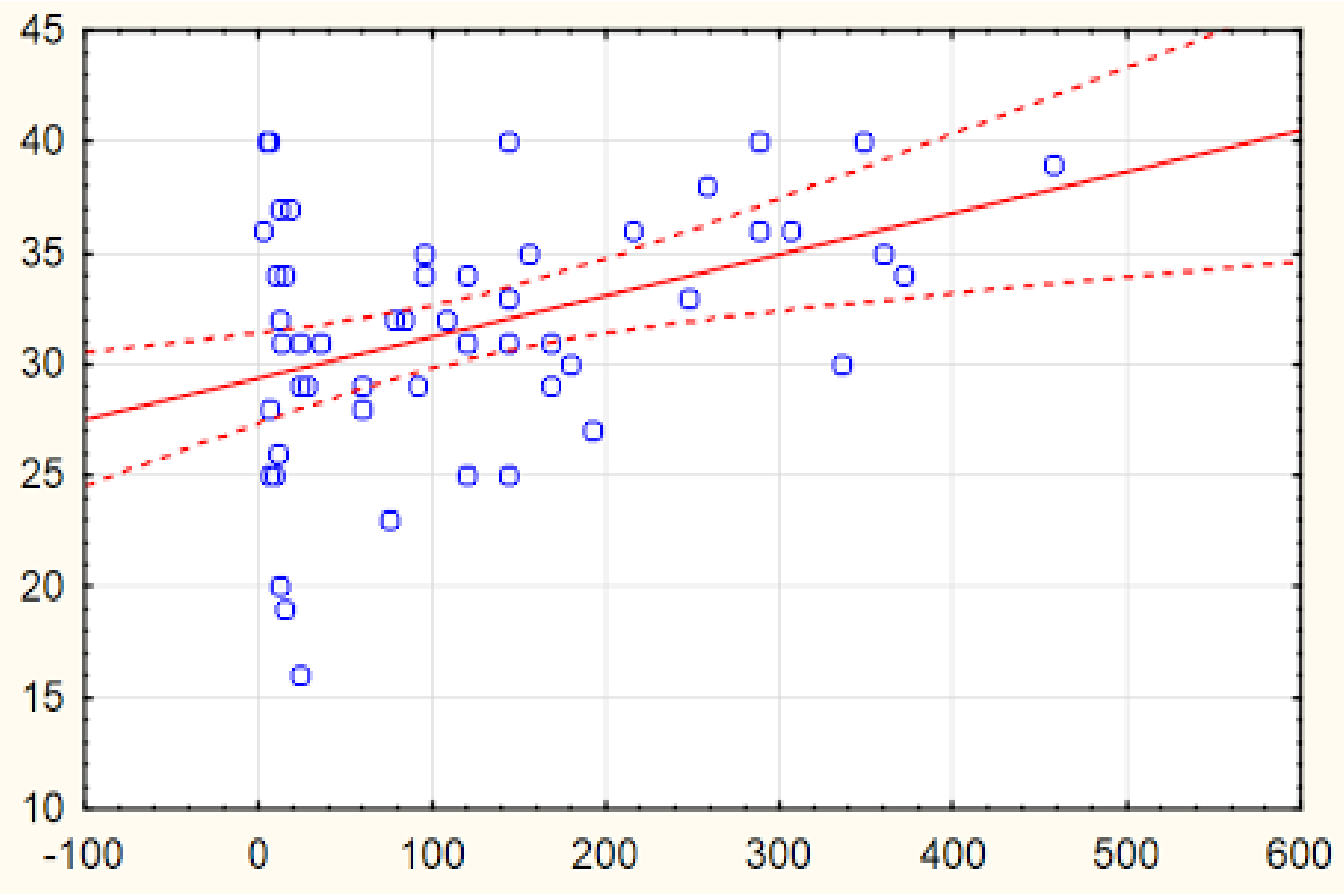
N = 64	Fumeurs (n = 27)	Ex Fumeurs (n = 29)
Age de la 1 ^{ère} cigarette (an)	14 ± 6.3	
Age de la consommation quotidienne (an)	18 ± 6	
Index de tabagisme	4 ± 1.7	4.5 ± 1.4
Age d'arrêt (an)	NA	46 ± 9.6
Durée d'abstinence (an)	NA	15 ± 10
Bénéfices perçus (n):		
- Santé	15 (55.5%)	27 (93.1%)
- Image de soi	5 (18.5%)	21 (72.4%)
- Argent	11 (40.7%)	20 (68.9 %)
- Famille	7 (25.9%)	14 (48%)

Estime de soi et tabac



Corrélation entre fréquentation AA et score du Rosenberg

Score de Rosenberg



Fréquentation des AA (jours)

Lien entre perception de la méthode AA et sevrage tabagique

- Méthode et suggestions
- Estime et confiance en soi
- Connaissance de ses compétences
- Accueil soutenant



Conclusions

- L'arrêt d'alcool donne confiance et se lie partiellement à l'envie d'arrêt de tabac
- Observation de l'amélioration de l'image de soi chez les AA
- Equivalence entre la durée de fréquentation AA et la durée d'abstinence d'alcool
- Corrélation entre la durée d'abstinence alcool et le score de l'estime de Soi
- Hypothèse du cercle vertueux



Prière de la sérénité

“**Mon Dieu**

donnez-moi la

Sérénité

d'accepter les choses que
je ne peux changer

le **Courage** de
changer les choses que
je peux

et la **Sagesse** d'en
connaître la différence”

Remerciements

Un grand merci à tous les....

