

Développement et étude de faisabilité d'un programme d'arrêt de consommation intégratif pour les consommateurs adultes de tabac qui consomment aussi du cannabis : synthèse du rapport final

Contexte

Une étude préliminaire et la littérature spécialisée ont mis en évidence la nécessité d'inciter les personnes consommant à la fois du tabac et du cannabis à arrêter de fumer. Le présent projet est le premier programme destiné à ce groupe cible, et sa faisabilité a fait l'objet d'une étude. Les résultats de l'étude préliminaire montrent que la population visée est modérément encline à cesser simultanément de consommer du tabac et du cannabis. Ce comportement pourrait s'expliquer par une prise de conscience insuffisante du lien entre consommation de ces deux substances.

Le programme *i-cut*

i-cut (programme d'arrêt de consommation intégratif du cannabis et du tabac) est un cours collectif destiné aux personnes qui fument quotidiennement des cigarettes ou des produits du tabac comparables et qui sont également consommatrices régulières de cannabis. Le manuel du cours a été élaboré par une équipe interdisciplinaire, en référence à un programme d'arrêt du tabagisme existant (*Queer Quit*), et complété par des éléments spécifiques au cannabis. Dans sa première version, il était constitué de cinq soirées de cours hebdomadaires d'une durée de deux heures chacun. Après une première phase de test, il a été étendu à six soirées (cf. illustration 1). Les cours sont précédés d'une soirée d'information sans engagement. Une réunion de suivi est organisée quelques semaines après la fin des cours, sans programme fixe. Pour l'étude de faisabilité, la taille du groupe était fixée à un minimum de sept participants. Le manuel s'adresse uniquement (à ce jour) aux participants adultes. Les cours sont animés par deux personnes, dont au moins une doit être médecin. Certains membres de l'équipe ayant développé le programme ont eux-mêmes dirigé des cours. L'objectif principal des cours est l'abstinence du tabac et du cannabis. Au cours de la troisième soirée de cours (appelée *Quit Day*), tous les participants doivent entreprendre ensemble une tentative d'arrêt simultané de la consommation de tabac et de cannabis.

Parallèlement à l'élaboration du manuel, une stratégie détaillée a été mise au point afin d'éviter les problèmes de recrutement repérés lors de l'analyse des résultats de l'étude préliminaire. Un site internet a ainsi été conçu afin d'informer sur le cours, mais aussi de présenter trois courtes interventions censées sensibiliser à la corrélation entre consommation de tabac et de cannabis. L'information sur les cours et le lien conduisant au site internet ont par ailleurs été diffusés autant que possible (dépliant, brochures, communiqué de presse).

Méthodologie de l'étude de faisabilité

Dans le cadre de l'étude de faisabilité, 77 personnes ont commencé le programme de cours, 62,3 % d'entre elles l'ayant suivi intégralement. Pour obtenir des informations sur la faisabilité et des renseignements quant à l'efficacité d'*i-cut*, différentes méthodes ont été employées (cf. illustration 1). Les participants ont dû compléter des questionnaires à l'occasion de la soirée d'information (T1), de la dernière soirée de cours (T2) ainsi que d'une enquête de suivi par voie postale six mois après le *Quit Day* (T3) fixé durant le cours. Ils ont par ailleurs dû fournir des échantillons de salive à la première et à la dernière soirée de cours et lors de l'enquête de suivi, afin de mesurer le taux de cotinine. Des données concernant la consommation hebdomadaire de tabac et de cannabis ainsi que le taux de monoxyde de carbone ont été recueillies lors des soirées de cours. Les responsables du cours ont évalué *i-cut* au moyen d'un questionnaire et dans des entretiens structurés, à l'issue de la totalité des cours.

Résultats

La faisabilité d'*i-cut* a été confirmée. Il a été possible de recruter suffisamment de participants, et les cours ont pu se dérouler sans incident. Toutefois, seuls 36 % des participants ont entrepris une tentative d'arrêt combiné du tabac et du cannabis. Dans l'ensemble, 53 % des participants ont au moins interrompu leur consommation de tabac et de cannabis pendant la durée du cours, certains ayant arrêté les deux substances en même temps et d'autres de manière décalée. Durant les sept jours qui ont précédé l'enquête de suivi, 23,4 % des participants ont rapporté s'être abstenus de consommer du tabac, du cannabis ou les deux substances. L'abstinence au tabac concernait 10,4 % des participants et celle au cannabis 19,5 % d'entre eux. Quelques-uns, à savoir six participants (7,8 %), n'avaient consommé aucune des deux substances. Les participants non abstinents avaient diminué significativement leur consommation de tabac ou de cannabis sans augmenter la consommation de l'autre substance.

Conclusions et recommandations

Le cours d'arrêt de consommation intégratif du cannabis et du tabac s'est avéré réalisable et a été jugé utile par les responsables du cours. Il a en outre été très bien accueilli par le groupe cible. Il est donc conseillé de poursuivre cette approche et d'étudier l'efficacité de l'intervention dans une étude randomisée contrôlée, afin de l'intégrer dans la prise en charge ordinaire si l'efficacité est prouvée.