

Résumé du rapport final – STOP-TABAC.CH 2014-2018

Le soutien du FPT nous a permis de développer ce programme (site web, appli pour smartphones et brochures), de le maintenir en activité et d'accroître son audience. L'objectif de fréquentation du site web Stop-tabac.ch est largement dépassé et l'objectif d'utilisation de l'appli mobile Stop-tabac est dépassé également. L'activité de conseil et de modération des forums de discussion par la psychologue-tabacologue est bien plus importante que prévu. Cependant, le « Coach » sur le site Internet a été moins utilisé que prévu. La distribution des brochures sur papier se poursuit à un rythme constant. La newsletter de Stop-tabac est envoyée chaque semaine par courriel à 7'000 abonnés.

Les données de la littérature montrent que les interventions sur téléphone mobile sont efficaces, mais l'essai randomisé de l'Université de Berne n'a pas détecté de différence dans les taux d'arrêt du tabac entre le groupe ayant utilisé l'appli pour smartphones et le groupe témoin ayant accédé à une appli 'placebo'. Plusieurs explications sont possibles, soit l'appli n'est pas efficace, soit l'absence d'effet s'explique par le faible taux de participation lors de l'enquête de suivi et par le fait que les évaluateurs n'ont pas contrôlé si les participants avaient vraiment téléchargé et utilisé l'appli.

Le programme Stop-tabac est sous-financé par rapport au nombre d'utilisateurs, aux besoins de modération du forum de discussion et aux nombreuses possibilités de développements technologiques, de renforcement des conseils personnels par la psychologue-tabacologue, d'intégration du site et de l'appli dans la pratique clinique et le réseau social des usagers (« Tribu »). Un important potentiel offert par les nouvelles technologies est donc sous-exploité faute de moyens.

Stop-tabac.ch est très apprécié des usagers, comme le montrent l'importante fréquentation, en croissance constante, et le bon classement dans les moteurs de recherche. La fréquentation a triplé au cours du projet : 288'000 usagers par mois sur le site web actuellement (100'000 en 2013) et 48'000 par mois sur l'appli pour smartphones (16'000 en 2013), dont 20% environ depuis la Suisse. L'avenir du programme Stop-tabac, créé en 1997, est cependant incertain en raison de difficultés de financement.