

## Résumé du Rapport final – La prévention du tabagisme, une stratégie intégrée à la promotion de la santé au travail

Le projet visait à améliorer la diffusion et l'impact de la prévention du tabagisme (PT) auprès des entreprises en intégrant la PT dans une démarche plus globale de gestion de la santé dans l'entreprise (GSE). Les *stratégies* suivantes ont été menées :

- A. Intégration des stratégies existantes de prévention du tabagisme dans un programme systématique de GSE
- B. Travail de sensibilisation et de persuasion mené auprès des entreprises en faveur d'une prévention intégrée du tabagisme
- C. Mise en œuvre dans les entreprises de la prévention du tabagisme intégrée à la GSE.
- D. Evaluation formative, vérification de l'efficacité et mise au point de stratégies de diffusion fondées sur des données probantes.

*Concernant la stratégie A*, la PT, telle qu'elle a été conçue, a été intégrée dès le début du projet au déroulement systématique de la GSE. C'est sur cette base qu'a été élaboré le matériel nécessaire au travail de sensibilisation et de persuasion mené auprès des entreprises en faveur de la prévention, ainsi qu'à une mise en œuvre de la PT intégrée à la GSE. Cela a été fait en puisant dans les ressources préexistantes en possession des partenaires du projet, les Ligues pulmonaires de Zurich et de Bâle ainsi que Züri Rauchfrei.

*Concernant la stratégie B*, un questionnaire a été diffusé en 2007 auprès de toutes les entreprises zurichoises comprenant plus de 20 collaborateurs pour faire le point de la situation. Toutes les entreprises ont reçu un questionnaire concernant le soutien dont elles voudraient bénéficier en matière de PT et de GSE. Pour permettre la comparaison, les entreprises ont été assignées de façon aléatoire à un groupe de « PT intégrée » (n= 3749), aux membres duquel a été remise une brochure intégrée PT/GSE, ou à un groupe « PT spécifique », dont les membres ont seulement reçu la brochure de PT « Lieu de travail sans fumée » (n=957). Au total, 1648 des 4706 entreprises interrogées ont renvoyé le questionnaire (36,5%). En partant du type de PT pratiqué et des demandes de prestations de soutien émises, des interventions en vue de la sensibilisation et de la persuasion des entreprises ont été mises au point compte tenu des besoins et des groupes-cibles. Parmi les stratégies de sensibilisation, il s'est avéré que les journées d'information n'ont rencontré que peu d'écho auprès des entreprises (26 sur 947 entreprises contactées y ont participé). Aussi la priorité a été donnée au conseil téléphonique et aux entretiens-conseils sur place. C'est ainsi que, dans le groupe de la PT intégrée, 87 entreprises ont reçu des prestations de conseil, et 48 dans le groupe de la PT spécifique.

*Concernant la stratégie C*, le soutien aux entreprises lors de la mise en œuvre de la PT a surtout pris la forme de conseils téléphoniques et d'entretiens-conseils sur place. Dans le groupe de PT intégrée, dans 10 des 87 entreprises ayant bénéficié d'entretiens, ceux-ci ont été suivis par des services de soutien ultérieurs, tels qu'un conseil approfondi, l'organisation de cours pour faciliter l'abandon du tabagisme, une offre en vue de l'introduction d'une GSE, ou de l'extension de la GSE d'ores et déjà pratiquée.

*Concernant la stratégie D*, un monitoring détaillé a été effectué, puis résumé sous forme d'un rapport d'évaluation détaillé. Une enquête de suivi menée en 2009 a permis de vérifier si les objectifs suivants ont été atteints :

1. Les entreprises ont une meilleure connaissance des conséquences du tabagisme dans l'entreprise et des mesures à mettre en œuvre en vue de prévenir le tabagisme (niveau des connaissances).
2. Les entreprises ont une attitude et des attentes plus favorables à l'endroit de la prévention du tabagisme et de sa mise en œuvre (niveau des attitudes).
3. Le nombre d'entreprises s'étant doté d'une réglementation claire en matière de tabagisme a augmenté (niveau structurel).
4. Un plus grand nombre d'entreprises se sont inscrites sur le site web du projet national « Lieu de travail sans fumée » (niveau structurel)

L'évaluation des résultats montre que l'entretien-conseil sur place a davantage permis d'améliorer les connaissances quant aux conséquences du tabagisme dans les entreprises (dans 63 % des cas) que le conseil téléphonique (dans 13 % des cas seulement). En revanche, le conseil téléphonique a plus souvent débouché sur une attitude ou des attentes plus favorables à l'endroit de la prévention du tabagisme (dans 38 % des cas) que l'entretien-conseil sur place, notamment dans les grandes entreprises, où les attitudes ont très peu évolué. Cela tient peut-être au fait que dans les grandes entreprises, qui ont une démarche plus systématique en matière de PT, il n'y a pratiquement plus de « marge de progression ». Dans la comparaison avant/après effectuée sur la base des réponses à l'enquête, il apparaît que le changement majeur intervenu concerne le durcissement de la

réglementation en matière de consommation du tabac. De plus en plus d'entreprises ne tolèrent plus la fumée qu'à l'air libre (2007 : 40,0 %, 2009 : 48,6 %), plutôt que « dehors et dans certains locaux » (2007 : 47,6 %, 2009 : 41,4 %). Des effets positifs se manifestent aussi sur le plan des nuisances subies par les fumeurs passifs, qui diminuent avec le durcissement de la réglementation. Ces évolutions positives concernant la réglementation du tabagisme sont cependant davantage à mettre au compte de la sensibilisation, favorisée par l'approche de l'entrée en vigueur de la loi fédérale sur la protection contre le tabagisme passif. Lorsqu'on compare les entreprises contactées et celles qui n'ont pas été contactées, il s'avère que les premières sont plus nombreuses à s'inscrire sur le site web du projet national « Lieu de travail sans fumée », qu'elles adhèrent à une PT intégrée ou spécifique. On a également cherché à savoir si les entreprises sont plus ouvertes à la PT lorsque celle-ci est intégrée à une GSE. Or sur ce plan, les résultats ne sont pas univoques.

En conclusion, la stratégie d'intervention graduelle – commençant par des entretiens-conseil, se poursuivant par des entretiens de soutien approfondis spécifiquement adaptés à la situation de l'entreprise – a fait ses preuves tant dans le cas d'une PT spécifique que d'une PT intégrée à une GSE. L'intensification du contact avec l'entreprise augmente la probabilité que celle-ci organise des cours pour apprendre comment cesser de fumer et adopte une réglementation plus restrictive. Dans les deux projets partiels, on a par ailleurs observé pendant la durée du projet que les entreprises ayant participé à l'enquête ont généralement durci leur réglementation en matière de tabagisme. Cependant, tendanciellement, l'approche intégrée marque des points : les entreprises ayant reçu la brochure présentant la PT intégrée étaient plus promptes à solliciter des prestations, et davantage de ces entreprises ont pu être convaincues de l'intérêt d'avoir un entretien-conseil sur place. Au moment de l'entretien-conseil, l'approche intégrée s'est également révélée plus efficace que la PT spécifique en termes de rigueur de la réglementation adoptée, même si les différences sont mineures et que les démarches ne sont pas toujours comparables.

Le projet a permis de dégager plusieurs recommandations claires à l'intention des différents intervenants de la PT ainsi que des entreprises.

(...)

## **Recommandations**

Voici les principaux éléments à retenir.

### **Groupe cible : les acteurs de la prévention**

**Recommandation 1 : Intégrer la prévention du tabagisme à la gestion de la santé dans l'entreprise (GSE), puisque les entreprises pratiquant la GSE sont plus sensibilisées à cet enjeu.**

La GSE est un point de départ idéal pour l'intégration du thème de la prévention du tabagisme. Même si les entreprises manifestent aussi un intérêt lorsque la prévention du tabagisme est abordée de façon spécifique, les résultats du projet GSE intégrant cette prévention donnent à penser que le modèle intégré encourage un plus grand nombre d'entreprises à demander des conseils. Sur le plan de la prévention structurelle, cette approche permet d'analyser dans un contexte global les facteurs ayant un impact sur le tabagisme, tels que la réglementation du tabagisme, le stress sur le lieu du travail, la sous-charge de travail, de mieux mettre en valeur le potentiel des collaborateurs et d'optimiser les structures et processus en entreprise. Les mesures proposées sur le plan du comportement, tels que des offres d'aide à l'abandon du tabagisme (en coopération avec les **Ligues pulmonaires de Zurich et de Bâle, ainsi que Züri Rauchfrei**), l'alimentation, l'exercice physique et la relaxation, constituent un soutien supplémentaire aux collaborateurs.

**Recommandation 2 : Une enquête concernant l'attitude du groupe cible en matière de prévention du tabagisme dans l'entreprise permet d'engager des mesures ciblées de communication de l'information et de prestation de conseils.**

Dans le cadre d'une première enquête menée en 2007, tous les établissements de plus de 20 collaborateurs (y compris les administrations) ont été interrogés à propos de l'état d'avancement de la prévention du tabagisme et de la gestion de la santé dans leur entreprise. Les besoins en matière d'information et de conseil ont également été enregistrés. L'évaluation de leurs réponses a permis d'adopter des mesures ciblées au moment de les contacter.

**Recommandation 3 : Diffuser l'information sur l'entreprise sans fumée et sur les cours d'aide à l'abandon du tabagisme directement auprès des entreprises par le biais d'un service de conseil téléphonique ou d'entretien-conseil sur place.**

Les représentants des entreprises ont souvent des questions ayant trait spécifiquement à la situation de leur entreprise, alors que, comme le montre le projet GSE, ils sont moins désireux de se voir proposer des manifestations s'adressant collectivement à plusieurs entreprises.

**Groupe cible : les entreprises**

**Recommandation 4 : Dans la mesure du possible, obtenir que le tabagisme soit totalement banni de l'entreprise**

En d'autre terme, il ne sera possible de fumer qu'à l'extérieur du bâtiment. Cette réglementation est plus stricte que ne le prévoit l'ordonnance à venir dans la législation fédérale, mais elle est la seule à vraiment mettre les collaborateurs à l'abri du tabagisme passif. De nombreuses entreprises (dans le canton de Zurich, 2007 : 40 %; 2009 : déjà 48,6 %) l'appliquent d'ores et déjà avec succès. Dans les entreprises sans fumée, les collaborateurs qui fument réussissent deux fois plus souvent à arrêter de fumer. De plus, les collaborateurs qui fument y parviennent à réduire leur consommation de tabac d'environ quatre cigarettes par jour.

**Recommandation 5 : Réalisation de l'entreprise sans fumée**

La mise en place de l'entreprise sans fumée peut être planifiée dans le cadre d'un cercle de santé ou en tant que module spécifique. Lors de la planification de l'intervention, on a avantage à constituer un groupe de travail interne à l'entreprise composé de fumeurs et de non-fumeurs.

Les étapes suivantes doivent être respectées :

- **Une analyse de la situation** concernant la réglementation actuellement en vigueur dans l'entreprise, les emplois concernés et les réactions enregistrées auprès des collaborateurs à propos du tabagisme passif permet de réunir les informations qui serviront de point de départ.
- **La mise au point des mesures** présuppose l'adoption d'une réglementation du tabagisme conforme à la législation en vigueur, la définition d'une politique de l'information, la détermination des aménagements architecturaux à apporter, la planification de mesures de soutien et la fixation d'un calendrier pour l'introduction des mesures.
- Dans la troisième étape, **la mise en œuvre**, il est crucial de se donner une bonne politique de l'information, une réglementation claire valant pour toute l'entreprise, et des mesures de soutien concernant le sevrage tabagique, l'alimentation, l'exercice physique et la relaxation, qui aident à mieux faire accepter l'entreprise sans fumée.
- L'**évaluation** sert à vérifier si la mise en œuvre s'est bien passée, ou s'il convient d'apporter des éclaircissements supplémentaires.

Dans la pratique, il s'avère que la mise en œuvre se déroule souvent sans aucun problème.

**Recommandation 6 : Après la mise en place de l'entreprise sans fumée, il importe de proposer une offre en matière de sevrage tabagique aux collaborateurs qui fument.**

Pour atténuer la rigueur de la mesure instituant une entreprise sans fumée tout en continuant de faire reculer le taux des fumeurs, il importe de proposer périodiquement, sur une assez longue durée, des cours aidant à arrêter de fumer. 60 % des fumeurs désirent arrêter. On arrive mieux à toucher les collaborateurs lorsque, comme cela est décrit plus haut, la prévention du tabagisme est intégrée à une GSE.