

Améliorer la prise en charge des composantes gestuelles et sensorielles de la dépendance dans l'aide à l'arrêt du tabac

Étude réalisée par le Dr Jean-Noël Dubois

Objets de l'étude

- Observer les composantes gestuelles et sensorielles de la dépendance afin d'améliorer le confort et l'abstinence des fumeurs lors du sevrage.
- Si ces composantes représentent une préoccupation fréquente chez le fumeur dépendant, faudrait-il développer des outils spécifiques pour les explorer ?

Méthodologie

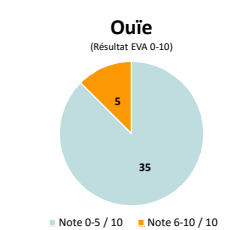
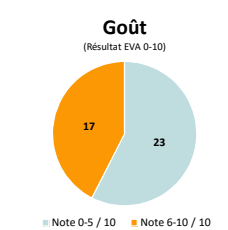
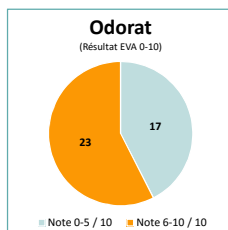
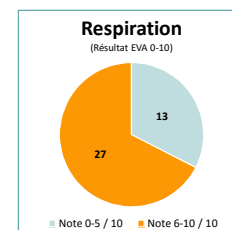
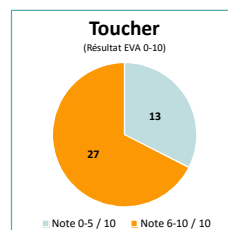
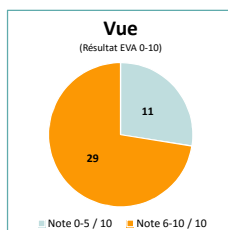
Auto-questionnaire (échelles visuelles analogiques) rempli par chaque primo consultant d'un cabinet libéral de tabacologie en milieu semi rural.

Période : septembre-octobre 2016

Échantillon N = 40

Résultats de l'étude

- La population reçue en consultation se perçoit majoritairement **dépendante au tabac : 92,5 % des répondants.**
- La population reçue en consultation se perçoit majoritairement **dépendante à la nicotine : 87,5 % des répondants.**
- 81 % des fumeurs qui se perçoivent dépendants du tabac s'estiment aussi dépendants des composantes gestuelles et sensorielles de cette addiction.**
- Parmi les 6 composantes explorées, la **vue**, le **toucher**, la **respiration** et l'**odorat** se retrouvent au **1^{er} plan de la dépendance corporelle.**



Conclusion

80 % des fumeurs concernés par l'étude se sentent dépendants des composantes gestuelles et sensorielles.

On peut donc émettre l'hypothèse que le fumeur, qui répète 600 fois par jour le même geste complexe, stimule autant de fois des afférences sensorielles venant renforcer sa dépendance (conditionnement pavlovien).

La prise en charge de la dépendance corporelle nécessiterait une exploration systématique à l'aide d'un questionnaire d'évaluation.

Perspectives

A - Construire et intégrer dans le bilan initial de tout fumeur un questionnaire d'évaluation de la dimension gestuelle et sensorielle avec les questions suivantes :

- A quel point vous sentez-vous dépendant du geste de fumer ? [EVA 0-10]
- A quel point vous sentez-vous dépendant des aspects sensoriels (vue/toucher/respiration/odorat) ? [EVA 0-10]
- Pensez-vous avoir besoin d'un outil gestuel et sensoriel pour vous aider à vous libérer du tabac ? [EVA 0-10]

B - Proposer un outil gestuel et sensoriel qui ne doit pas se contenter d'être moins nocif que le tabac mais qui doit être totalement sain et sans danger !