MIS À JOUR LE 25/05/2021

Sevrage tabagique (Méthodes de - révisé en 2010)

Révisé lors de la commission du 9 décembre 2010

Le tabagisme est un problème majeur de santé publique. Tous les professionnels de santé doivent intervenir en ce domaine en adaptant le type d'intervention aux caractéristiques du tabagisme de chaque fumeur.

Les stratégies à utiliser sont différentes suivant le degré de motivation et selon l'intensité des dépendances.
Il convient d'utiliser les approches thérapeutiques ayant fait la preuve scientifique de leur efficacité pour les fumeurs dépendants. Sont concernées :

- Les thérapeutiques médicamenteuses principalement représentées par le traitement nicotinique de substitution (TNS) qui, à condition d'être adapté au degré de dépendance, permet de réduire le syndrome de sevrage, rendant ainsi l'arrêt « confortable ». Le traitement nicotinique de substitution est la thérapeutique la plus ancienne et la mieux évaluée et présente un rapport bénéfice/risque particulièrement élevé. Il doit être privilégié.
- Les Psychothérapies comportementales et cognitives (TCC)
  Associée le plus souvent à la prise en charge pharmacologique, cette forme de psychothérapie nécessite une formation spécifique. Les praticiens doivent en connaître les bases et les principes généraux »

En conséquence :

Entrent dans le champ d'application de l'article L.5122-15 du Code de la Santé Publique, les publicités en faveur de méthodes d'aide au sevrage tabagique sur lesquelles figurent :

Un pourcentage de réussite d'arrêt du tabac, par exemple :

- « 90 % des gens qui suivent notre technique arrêtent de fumer ! »

Un délai d'obtention de résultats, par exemple :

- « Comment arrêter de fumer en 14 jours » ; « Stopper le tabac en une semaine » ; « Une séance et vous arrêterez de fumer pour la vie »

Une action sur des états pathologiques ou des maladies par exemple :

- « Surmonter votre anxiété » ; « Maîtriser vos troubles cardio-circulatoires »
- Arrêter de fumer sans prise de poids, par exemple :
  « Arrêter de fumer sans grossir, sans prise de poids » ;

Une modification de l'état physique ou physiologique, la restauration, la correction ou la modification des fonctions organiques, par exemple :

- « Action sur la sécrétion d'endorphines »

Des termes ou schémas tendant à faire croire que, dans tous les cas, l'application de la méthode permet :

- **L'arrêt définitif du tabac ou l'absence de rechute, par exemple :**
  « Je vais vous montrer une méthode simple pour vous débarrasser définitivement de la cigarette en 14 jours » ; « Tuer définitivement et à tout jamais votre dépendance » ; « Une séance et vous arrêterez de fumer pour la vie » ; « Prévenant ainsi les fréquentes rechutes lors de la première année »

- **Arrêter de fumer sans médicament, par exemple :**
  « Comment arrêter de fumer sans médicament » ; « Sevrage immédiat sans médicament garantie 1 an »

- **D’arrêter de fumer sans motivation ou sans effort, par exemple**
  « Ne plus fumer sans faire appel à la volonté »