

FREE CLINIC

Projet « Santé des femmes et tabac »



ORIGINE / CONTEXTE DU PROJET

- Depuis 3 ans, la Free Clinic organise une action autour de la journée mondiale sans tabac qui a lieu le 31 mai.
 - Communication de l'évènement via les professionnels de la FREE-CLINIC; Site Internet; Affiches...
- **En 2013:** action sans tabac dans le cadre de notre projet « *addiction aux psychotropes et gestion du manque* ».
- **En 2014:** action de prévention spécifique dans le cadre *de la journée mondiale sans tabac*.



ORIGINE / CONTEXTE DU PROJET

- **En 2015:** action sans tabac dans le cadre de notre projet « *parlons du droit des femmes et de leur santé* »
- Répondre à la particularité multi-services de la FC dont un Planning Familial...

=> Permet d'aborder des problématiques de santé spécifiques comme:

- Grossesse et tabac
- Allaitement et tabac
- Contraception et tabac
- Poids et tabac



(Pas spécifique aux femmes mais argument plus avancé par les femmes)

- Projet initié par les professionnels de santé de la cellule santé communautaire de la Free Clinic



A QUI S'ADRESSE LE PROJET?

- Aux usagers de la FC avec une attention particulière à nos usagères pour le projet 2015.
 - Particularités de notre population femme très hétérogène:
 - Adolescentes
 - Femmes jeunes adultes
 - Femmes autour de la cinquantaine
- Et aussi
- Grande diversité culturelles
 - Niveau socio-économique varié



OBJECTIFS & ACTIVITÉS DU PROJET

- **1/ Informer sur la spécificité « *santé des femmes et tabac* »:** tabac et grossesse, tabac et allaitement, tabac et pilule contraceptive, tabac et poids.
 - **a.** Mise en place de panneaux d'affichage informatifs sur le tabac et ses risques avec un regard spécifique sur la santé des femmes (salle d'attente)
 - **b.** Distribution de brochures informatives
 - **c.** Mesure du taux de CO expiré et explications animées par une sage femme tabacologue dans la salle d'attente



EXEMPLES DE RESSOURCES

- Affiche Contraception et Tabac

- 1. Pas de risque
- 2. Bénéfice supérieur au risque
- 3. Risque supérieur au bénéfice
- 4. Risque Inacceptable

CONTRACEPTION & TABAC (recommandations OMS et UKMEC)			
	Contraception Orale Combinée* (pilules œstroprogestatives ; patch; anneau)	Progestatif seul (injection; implant; pilule progestative)	Stérilet Hormonal
Fumeuses < 35 ans	2	1	1
Fumeuses >35 ans - de 15 cigarettes/jour	3	1	1
Fumeuses >35 ans + de 15 cigarettes/jour	4	1	1

* Fumer fragilise les vaisseaux sanguins et peut boucher certaines artères. Les œstrogènes, l'une des substances contenues dans les pilules œstroprogestatives et autres contraceptions hormonales (patch, anneau), peuvent épaissir le sang. La combinaison du sang épaissi par les œstrogènes et les artères bouchées/ abimées par le tabac peut-être à l'origine d'accident cardio-vasculaire.

EXEMPLES DE RESSOURCES

- Brochures: *Grossesse et Tabac: La nicotine*
- Carnet de Voyage: *J'arrête de fumer tout en surveillant mon poids*



OBJECTIFS & ACTIVITÉS DU PROJET

- **2/ Faire découvrir des aides non médicamenteuses à l'arrêt du tabac comme aide d'un éventuel changement de comportement**
 - **a.** Consultations découverte hypnose (4) menées par une psychologue de la FC formée à la technique
 - **b.** Consultations découverte d'acupuncture (4) menées par une kinésithérapeute formée en médecine traditionnelle chinoise
 - **c.** Séances d'exercices respiratoire animée par une kinésithérapeute



OBJECTIFS & ACTIVITÉS DU PROJET

- **3/ Susciter une réflexion et un questionnement sur le tabac**
 - **a.** Voir activités Objectif 1
 - **b.** Création d'un espace d'échange par le biais d'un petit déjeuner dans la salle d'attente pendant lequel les professionnels vont à la rencontre des usagèr(e)s et sont à leur écoute



EVALUATION DU PROJET

- 5 personnes fumeuses avec le désir d'arrêter sont venues spécialement pour cette matinée d'information et ont participé à une séance découverte d'hypnose et/ou d'acupuncture.
- La sage-femme a pu sensibiliser quelques usagères sur le tabac pendant la grossesse et l'allaitement:
 - Le nombre d'usagères sensibilisées n'a pas été comptabilisé
 - Elles n'étaient pas forcément des femmes enceintes



EVALUATION DU PROJET

- Nombreux usagers présents ont fait le test à CO
 - En salle d'attente difficile d'évaluer la quantité des usagers qui bénéficient de notre action
- Ambiance agréable dans la salle d'attente
- Sage-femme tabacologue enthousiaste, non jugeante et très à l'aise avec notre démarche *d'aller vers*
- Peu de demande d'information spontanée mais une fois la prise de contact instaurée, des échanges pouvaient alors émerger.



QUELLES PERSPECTIVES ?

- Etaler notre action petit déjeuner «*sans tabac* » sur 2 ou 3 jours afin de pouvoir toucher un plus grand nombre d'utilisateurs et de proposer plus de séances découvertes d'acupuncture et d'hypnose.
- Refaire appel à la sage-femme tabacologue très à l'aise avec notre public et notre approche « pro-active » d'aller vers les utilisateurs.
- Maintenir l'idée d'un petit déjeuner pour animer cette matinée (convivialité).
- Aborder la problématique tabac et précarité, réalité d'un grand nombre de nos usagèr(e)s (projet 2016).



QUELQUES CONSEILS...

- Notion « *d'aller vers* » les usagers en salle d'attente afin de les laisser s'exprimer sur la problématique en évitant de projeter nos propres représentations.
- Répéter, Ritualiser les actions: la récurrence du projet a un impact sur la participation.
- Travail en collaboration interne (médecins, kiné, psychologue, accueillant...) et externe (ex: sage femme tabacologue, FARES)



MERCI

