



## La consommation de tabac dans la région: examen des dernières années sous l'angle du Plan d'action régional de santé publique 2016-2020

Au Québec, le tabagisme constitue la première cause de mortalité évitable et du nombre d'années de vie en bonne santé perdues. C'est bien connu, la consommation de tabac est un facteur de risque majeur pour un grand nombre de maladies et de problèmes de santé (Courteau et coll., 2011), notamment les maladies respiratoires, les maladies cardiovasculaires et les cancers. De plus, la consommation de tabac durant la grossesse affecte négativement le développement du fœtus et du nouveau-né. La fumée de tabac provoque aussi des maladies mortelles chez les non-fumeurs et ses produits toxiques se déposent sur les surfaces et sur les objets, où ils peuvent être absorbés par contact et par ingestion, notamment par les enfants.



En Outaouais, le Plan d'action régional (PAR) de santé publique 2016-2020 vise, entre autres, l'adoption dans la population de modes de vie physiquement actif et la création d'environnements sains

et sécuritaires (Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais (CISSS), 2016). Plus spécifiquement, les objectifs de ce plan sont de prévenir l'initiation au tabagisme et l'exposition à la fumée secondaire dans l'environnement ainsi que de contribuer à la dénormalisation de l'usage du tabac et de promouvoir la cessation tabagique. Ce bulletin présente des données, tirées de deux enquêtes générales, sur l'usage du tabac, sur l'exposition à la fumée secondaire dans différents milieux et sur la cessation tabagique. Certaines actions menées pour atteindre ces objectifs sont aussi présentées.

### Ce que les données nous disent:

Une vaste quantité d'informations sur les jeunes inscrits du secondaire I à V a été recueillie, en particulier sur le tabagisme et sur l'âge d'initiation aux produits du tabac grâce à l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) de 2010-2011. Les données révèlent que près de 5 % des jeunes de l'Outaouais ont fumé une cigarette avant l'âge de 12 ans (soit environ 1 000 jeunes), comparativement à près de 3,5 % dans le reste du Québec. Par ailleurs, la proportion de fumeurs de cigarettes parmi les jeunes des écoles secondaires de l'Outaouais est d'environ 8,5 % par rapport à 7 % dans le reste du Québec. En Outaouais, cela représente près de 1 800 jeunes fumeurs. De ce nombre, près de 1 100 jeunes sont des fumeurs réguliers (consommation d'une cigarette ou plus à tous les jours) dont plus de 300 (27 %) ont déclaré consommer 10 cigarettes ou plus par jour au cours des 30 jours précédant l'enquête.

L'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) permet de suivre de nombreux indicateurs de santé depuis le début des années 2000, comme la consommation de tabac et l'exposition à la fumée secondaire à la maison, dans les lieux publics et dans l'auto. Elle porte sur les personnes âgées de 12 ans et plus et vivant dans un logement privé (et non dans des établissements d'hébergement collectif, comme un CHLSD ou un centre de détention).



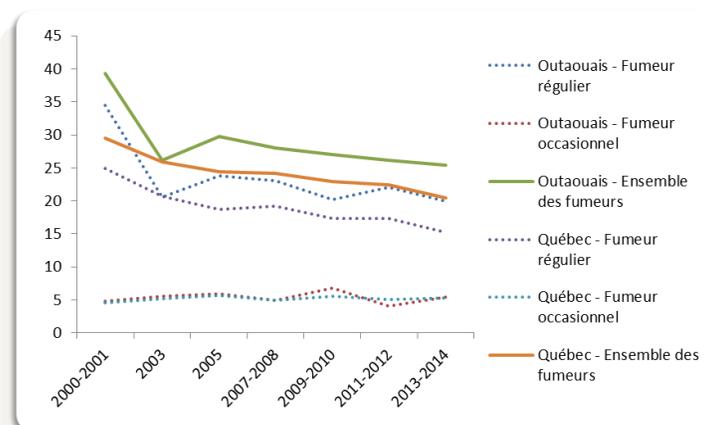
L'examen des données permet de confirmer une diminution de la proportion de l'ensemble des fumeurs (réguliers et occasionnels<sup>1</sup> combinés) sur la période de 2000 à 2014 autant en Outaouais que dans le reste du Québec (figure 1). En Outaouais, le pourcentage est passé d'environ 40 % à près de 25 % sur la période de 15 ans. Cela représente un peu plus de 82 000 fumeurs dans la région en 2013-2014. Les fumeurs occasionnels représentent environ 5 % de l'ensemble des fumeurs lors de cette période, autant en Outaouais qu'au Québec. Il est à noter que malgré cette diminution, la proportion de fumeurs réguliers est toujours plus élevée de quatre à cinq points de pourcentage comparativement au reste du Québec.

Le pourcentage d'anciens fumeurs est demeuré relativement stable au cours des années (données non présentées). En 2013-2014, ce pourcentage était d'environ 39 %, ce qui représente près de 125 000 personnes âgées de 12 ans et plus. Il est à noter que le nombre d'anciens fumeurs réguliers était de près de 91 000 personnes, soit environ 73 % de tous les types d'anciens fumeurs. De ce nombre, un peu plus de 8 000 personnes ont arrêté de fumer au cours de la dernière année et près de 9 000 autres personnes rapportent avoir arrêté depuis plus d'un an et moins de 3 ans. Enfin, le pourcentage de personnes qui n'ont jamais fumé ne cesse d'augmenter; il est passé de près de 32 % à 36 % sur la période de 15 ans.

<sup>1</sup> Un fumeur occasionnel ne consomme pas de cigarettes à tous les jours.

Suite au verso

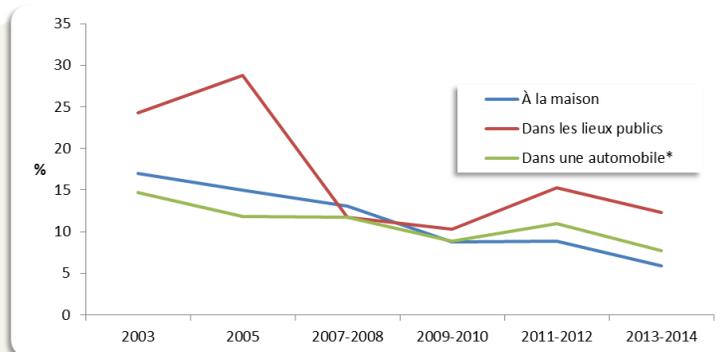
Figure 1: Répartition selon le type de fumeurs, Outaouais et le reste du Québec, 2000 à 2014.



Les données présentées à la figure 2 indiquent que la proportion de non-fumeurs exposés à la fumée secondaire a diminué entre 2003 et 2014, passant de près de 17 % à près de 6 %. Toutefois, cela représente en 2013-2014 un peu plus de 14 000 non-fumeurs exposés à la fumée secondaire dans leur domicile. Par ailleurs, le pourcentage de personnes exposées à la fumée du tabac dans des lieux publics a chuté de moitié sur la période de 10 ans, passant d'un peu plus de 24 % à un peu plus de 12 %.

Cette baisse est similaire à celle observée dans le reste du Québec. En 2013-2014, cela représente près de 30 000 non-fumeurs exposés à la fumée secondaire dans les lieux publics en Outaouais. Enfin, les pourcentages de non-fumeurs exposés à la fumée secondaire dans leur auto (ou un autre véhicule) à tous les jours ou presque à tous les jours au cours du mois précédant l'enquête ont aussi diminué de façon considérable, passant de près de 15 % à près de 8 %. Ce dernier pourcentage équivaut à environ 19 000 personnes exposées quotidiennement à la fumée secondaire dans un véhicule.

Figure 2: Proportion de non-fumeurs exposés à la fumée secondaire, Outaouais, 2003 à 2014.



\* Au cours du dernier mois précédant l'enquête.

### Les actions à mener:

Les données mettent en évidence une diminution importante de la consommation de cigarettes dans la région au cours des 15 dernières années. Cette tendance se confirme aussi pour la proportion de non-fumeurs exposés à la fumée secondaire à la maison, dans les lieux publics et dans un véhicule. Cependant, bien que des améliorations significatives soient notées, des progrès restent à accomplir, particulièrement dans les environnements publics de l'Outaouais où environ 30 000 non-fumeurs déclarent être exposés à la fumée secondaire. Afin de lutter contre

l'exposition à la fumée du tabac, le CA du CISSS de l'Outaouais a entériné en novembre 2017 la politique Environnement sans fumée, laquelle contribuera notamment à éliminer l'exposition à la fumée secondaire dans ses installations, bâtiments et sur l'ensemble de ses terrains.

La lutte au tabagisme doit demeurer une priorité, surtout chez les jeunes. Les messages de sensibilisation doivent continuer à promouvoir la dénormalisation et le non-usage du tabac dans le but de sensibiliser la population aux méfaits de ce produit.



La Direction de santé publique de l'Outaouais collabore activement à des campagnes de promotion des saines habitudes de vie ciblant particulièrement la lutte au tabagisme : Semaine pour un Québec sans tabac, Défi j'Arrête j'y gagne!, Journée mondiale sans tabac, Familles sans fumée, Dégueu, De Facto - La vérité sans filtre. L'édition 2018 du Défi j'arrête j'y gagne!, qui a débuté le 6 février dernier, a maintenant un volet pour les jeunes adultes, « J'Arrête, j'y gagne quoi ? ». Par ailleurs, pour de l'information sur le service des centres d'abandon du tabagisme (CAT) ou pour référer des personnes qui désirent obtenir de l'aide pour cesser de fumer, veuillez communiquer avec le CAT de votre territoire.

### Références

Courteau, J. P. et coll. 2011. Portrait de la santé de la population de l'Outaouais 2011, Gatineau, Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais.

CENTRE INTÉGRÉ DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'OUTAOUAI, 2016. *Plan d'action régional de santé publique 2016-2020*, Gatineau. Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais.

**J'ARRÊTE**

**AIDE PAR TÉLÉPHONE**  
1 866 JARRETE (527-7383)

**AIDE EN PERSONNE**  
CENTRES D'ABANDON DU TABAGISME

**AIDE PAR TEXTO**  
SMAT

ISSN: 1929-8889 (en ligne)