

«C'est pour mon fils que j'ai arrêté de fumer.»

Les enfants de non-fumeurs sont deux fois moins tentés par la cigarette. Montrer l'exemple en tant que parent...au fond, c'est logique.

L'environnement social joue un rôle déterminant sur la probabilité qu'un jeune commence à fumer. Il existe en effet une corrélation étroite entre le comportement tabagique personnel et celui des amis et de la famille. C'est ce que révèle l'enquête suisse sur le tabagisme (monitorage sur le tabac), menée régulièrement par l'Université de Zurich sur mandat du Fonds de prévention du tabagisme¹. La proportion de jeunes gens qui fument tous les jours est presque trois fois plus élevée si les deux parents fument (10 % si aucun des deux parents ne fume, environ 17 % si le père ou la mère fume et 26 % si les deux parents fument). La consommation de tabac des frères et sœurs a également une forte influence. La proportion de jeunes fumeurs est trois fois plus élevée si un frère ou une sœur fume (9 % si aucun des frères et sœurs ne fume ; 27 % si un frère ou une sœur fume).

Un environnement social comprenant un nombre restreint de fumeurs est le principal facteur de succès lorsque l'on veut arrêter de fumer². Le monitorage sur le tabac¹ a montré que les jeunes ont plus de peine à arrêter de fumer si leur cercle d'amis est composé de fumeurs. En général, lorsqu'une personne a arrêté de fumer, le nombre de fumeurs dans son environnement social diminue³. La probabilité d'arrêter de fumer est de 36 % si un ami y est parvenu et de 25 % s'il s'agit d'un frère ou d'une sœur. Si c'est le partenaire qui arrête de fumer, la probabilité d'arrêter soi-même s'élève à 67 %.

Lien vers le site Internet de l'OFSP :

Enquête suisse sur le tabagisme :

<http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/00615/00771/index.html?lang=fr>

¹ Radtke, T., Keller, R., Krebs, H. et Hornung, R. (2008), *La consommation de tabac chez les jeunes, de 2001 à 2007/08*, Zurich : Université de Zurich, Institut de psychologie de l'Université de Zurich, psychologie sociale et de la santé

² Sussman, S. (2002), « Effects of sixty-six adolescent tobacco use cessation trials and seventeen prospective studies of self-initiated quitting », in : *Tobacco Induced Diseases*, 1(1), pp. 35-81

³ Christakis, Nicholas & Fowler, James (2008). The Collective Dynamics of Smoking in a Large Social Network. In: *The new England Journal of Medicine*, 358 (21), 2249-2258

