

Le CMU explore le pilier Vie sans dépendance

Le Comité de mieux-être universitaire (CMU) travaille pour promouvoir une culture de mieux-être dans sept grandes sphères : physique, sociale, intellectuelle, environnementale, psychologique, professionnelle et spirituelle. Les activités sont regroupées dans quatre piliers d'intervention : Saine alimentation, Vie active, Esprit sain et Vie sans dépendance. Les activités peuvent toucher l'individu, la collectivité ou l'institution. La dynamique de l'impact du CMU est reflétée dans sa roue de mieux-être.



Dans le cadre de deux cours en santé communautaire, le CMU, en collaboration avec deux groupes d'étudiants et d'étudiantes venant de l'École de science infirmière (ÉSI) et du Centre de formation médicale du Nouveau-Brunswick (CFMNB), a réalisé deux projets touchant le tabagisme. Ce document présente les résultats du projet de quatre étudiants et étudiantes au CFMNB dont Shane Aubé, Amélie Blanchard, Nadia Caron et Emmanuelle Cyr. Ils ont effectué un sondage auprès des membres du personnel et auprès de la communauté étudiante. Le projet avait deux objectifs principaux : 1) explorer l'ouverture d'esprit de la communauté universitaire face à un éventuel campus sans fumée à l'UMCM et 2) étudier les défis et les obstacles associés à la création d'un tel environnement en comparant le point de vue du personnel avec celui des étudiant(e)s.

Le sondage, créé avec Survey Monkey, a été envoyé par courriel. 109 membres du personnel et 353 membres de la communauté étudiante (N total = 461). 12% des étudiant(e)s étaient des fumeurs alors que pour les membres du personnel, le pourcentage était de 7%. Ce pourcentage coïncide avec le taux de tabagisme noté auprès des employés travaillant en milieux universitaires qui est beaucoup plus faible que celui de la population générale en oscillant entre 9 à 10% plutôt que le 23,7% noté au niveau de la province du Nouveau-Brunswick (Näyha, Kivasti,, Kingisepp et Heikkinen, 2011, Wheller et al., 2007, Screenivas, Veeranki, Mamudu et He, 2013, Statistiques Canada, 2013)*.

Principaux résultats du sondage

- 90% des non-fumeurs trouvent important d'œuvrer dans un environnement sans-fumée (54% pour les fumeurs)
- 57% sont d'accord avec une éventuelle politique 100% sans fumée à UMCM
- 67% sont d'accord pour une politique où il y a seulement 1 à 2 endroits où fumer
- Les différences significatives notées sont plutôt entre fumeurs/non-fumeurs qu'entre la population étudiante et les membres du personnel
- Mesure pour aider au respect d'une politique 100% sans fumée
 - Besoin d'un programme de cessation pour les fumeurs (83%)
 - Besoin de la publicité à propos de la politique (79%)
 - Besoin de l'éducation sur le tabagisme (67%)
 - Besoin de prévoir des mesures disciplinaires (65%)
- Obstacles à la mise en place d'une politique 100% sans fumée
 - La distance à parcourir pour trouver un endroit où fumer (80%)
 - L'incapacité de cesser de fumer (74%)
 - Le non-respect de la politique (74%)
 - Le manque de ressources pour aider à arrêter à fumer (51%)
- Commentaires généraux liés à la création possible d'un milieu 100% sans fumée
 - « Défi d'envergure, mais initiative intéressante » versus « Politique qui n'est pas réaliste »
 - « Nouvelle politique est une bonne idée puisque celle actuellement en place n'est pas respectée par les fumeurs » versus « Plutôt travailler à faire respecter la politique actuelle »
 - « L'Université est un lieu d'apprentissage où il faut favoriser l'adoption de bonnes habitudes de vie » « L'Université projetterait l'image d'un campus en santé »
 - « Une politique statuant un environnement sans-fumée aiderait les gens à cesser » vs « Discriminatoire envers les étudiants fumeurs » « Pourrait dissuader des étudiants potentiels à s'inscrire à UMCM »

Pistes d'action pour le CMU à la lumière des résultats

- **Court terme** (sensibilisation et éducation sur le tabagisme, renforcement de la politique actuelle avec des mesures disciplinaires, promotion d'un environnement sans tabac, établir un comité pour voir à la création d'une nouvelle politique, avec des groupes de discussion auprès des personnes concernées)
- **Moyen terme** (offrir un programme de cessation, changer la politique pour désigner 1 à 2 endroits où on peut fumer, voir si les compagnies d'assurance pourraient payer les méthodes pharmacologiques pour cesser le tabagisme)
- **Long terme** (changer la politique à 100% sans fumée, avoir un groupe de soutien pour fumeurs et des mesures disciplinaires pour le non-respect de la politique, assurer une bonne diffusion de la politique)

(les références des études citées dans ce document sont disponibles auprès du CMU)