

# Arrêter de fumer par SMS

Par *admin*

Créé le 30/03/2005 - 23:00

## Arrêter de fumer par SMS

Mercredi, 30/03/2005 - 22:00 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Deux départements vont tester un programme gratuit d'aide à l'arrêt du tabac par SMS, mis en place par la Caisse primaire d'assurance-maladie (CPAM). Entamé en juin 2004 en Saône-et-Loire, le dispositif va être étendu au Rhône à la mi-avril 2005. Une première mondiale, selon la CPAM. "Il s'agit d'un programme d'accompagnement. Il s'inscrit comme un plus dans une démarche volontaire d'arrêt du tabac. La personne doit être motivée pour intégrer ce système", a expliqué vendredi Daniel Carre, directeur de la CPAM de Saône-et-Loire.

Le programme se déroule sur une période de 12 semaines, puis un suivi est fait par téléphone. "Les SMS sont personnalisés selon l'âge, le sexe, et le niveau de dépendance au tabac", a précisé M. Carre. Les messages alternent entre le conseil, la mise en garde et les encouragements. Ils sont envoyés sur un rythme d'un par jour durant les deux premières semaines avant de s'espacer. "Je fumais une douzaine de cigarettes par jour et je voulais vraiment arrêter. Cela a été un coup de pouce supplémentaire", a expliqué Patricia Bouvet, l'une des premières à tenter l'expérience. "Certains messages chocs m'ont marquée. Je les gardais pour les relire", a-t-elle ajouté.

L'expérience, réalisée en partenariat avec l'opérateur Orange, ne touche pour l'instant que 150 personnes. Elle doit inclure au moins 1.200 volontaires pour être validée. Pour le moment, selon la CPAM, on observerait une participation importante des 25-45 ans et des femmes.

**Noter cet article :**

**Recommander cet article :**

- 
- [Tweeter](#)
- 
  
- **Nombre de consultations :** 134
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
  - [Facebook](#)
  - [Viadeo](#)
  - [Twitter](#)
  - [Wikio](#)