



Health  
Canada

Santé  
Canada

## Étude sur l'expérience vécue en matière de tabagisme Résumé du rapport

Préparé pour Santé Canada

Nom du fournisseur : Earnscliffe Strategy Group

Numéro de contrat : HT372-204272/001/CY

Valeur du contrat : 227 293,62 \$ (TVH incluse)

Date d'attribution des services : 19 janvier 2021

Date de livraison des services : 19 avril 2021

Numéro d'enregistrement : ROP 103-20

Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada à l'adresse :

[hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

*This executive summary is also available in English.*

# Étude sur l'expérience vécue en matière de tabagisme

## Résumé du rapport

Préparé à l'intention de Santé Canada

Nom du fournisseur : Earnscliffe Strategy Group

Avril 2021

Ce résumé du rapport de recherche sur l'opinion publique présente les résultats de la recherche ethnographique et des entrevues en profondeur menés par Earnscliffe Strategy Group pour le compte de Santé Canada. La recherche a été menée de février à mars 2021.

This publication is also available in English under the title *Smoking Lived Experience Study*

Cette publication peut être reproduite à des fins non commerciales seulement. Une autorisation écrite préalable doit être obtenue auprès de Santé du Canada. Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada par courriel à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca).

Numéro de catalogue : H14-368/2021/F-PDF

ISBN : 978-0-660-39314-8

Publications connexes (numéro d'enregistrement : ROP 103-20)

Smoking Lived Experience Study (Rapport final, anglais)

ISBN 978-0-660-39313-1

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2021

## RÉSUMÉ DU RAPPORT

Earnscliffe Strategy Group (Earnscliffe) est heureuse de présenter à Santé Canada ce rapport qui résume les résultats de la recherche ethnographique et qualitative sur l'expérience vécue par une personne qui fume.

Santé Canada a cherché à mener cette recherche tout en poursuivant l'atteinte de l'objectif ambitieux fixé par la Stratégie canadienne sur le tabac, soit de réduire l'usage du tabac chez les Canadiens à 5 % d'ici 2035. Des recherches antérieures indiquent que la moitié des fumeurs actuels ont tenté de cesser de fumer au cours des 12 derniers mois, mais ce nombre diminue avec l'âge. Un nombre considérablement inférieur de recherches ont été menées sur les comportements de tabagisme en temps réel. Par conséquent, afin de prévenir l'usage du tabac et de soutenir les utilisateurs dans leurs efforts de renoncement au tabac à long terme, Santé Canada a retenu les services d'Earnscliffe pour utiliser une approche fondée sur « l'expérience vécue ». Les objectifs précis de la recherche étaient de recueillir de l'information sur les comportements et les sentiments liés au tabagisme en temps réel, dans le but général d'en apprendre davantage sur les situations dans lesquelles les fumeurs se trouvent habituellement lorsqu'ils fument. Les résultats de la recherche aideront Santé Canada à élaborer de nouveaux messages axés sur l'expérience du tabagisme. De plus, les résultats serviront à mieux comprendre les habitudes des fumeurs afin de mieux répondre à leurs besoins lorsqu'ils sont prêts à cesser de fumer. La valeur du contrat pour ce projet était de 227 293,62 \$, TVH incluse.

Pour atteindre ces objectifs, Earnscliffe a mené un vaste projet de recherche en deux étapes. La phase 1 faisait appel à une approche ethnographique visant à mieux comprendre les activités et la vie quotidienne des participants. Ces derniers ont été invités à tenir un journal quotidien pendant trois semaines. Les participants n'avaient reçu aucune directive précise quant aux notes à prendre relativement à leur consommation de tabac; ils étaient toutefois au courant de l'objet de l'étude sur le tabagisme. Au cours de l'étude, les participants ont également été invités à effectuer l'activité initiale « Apprendre à vous connaître » et l'activité « Réflexions finales », en plus de l'examen des facilitateurs individuels et des sujets de discussion. Cette phase comprenait un exercice de tenue d'un journal de trois semaines réunissant 110 participants de partout au Canada. L'exercice a eu lieu entre le 19 février et le 12 mars 2021. Au total, 21 des 110 participants se sont exprimés en français et 89 en anglais. L'échantillon se composait de personnes fumant quotidiennement, et constituait une bonne représentation des principaux groupes démographiques.

À la suite de l'exercice initial de tenue d'un journal, nous avons mené une deuxième vague de recherche qualitative, au moyen d'entrevues approfondies auprès d'un groupe de cinquante (50) participants choisis parmi ceux ayant pris part à l'exercice initial. Ils ont été retenus en fonction de la réflexion et des efforts consacrés à leur journal. Une attention particulière a été accordée pour assurer la représentation adéquate de groupes démographiques clés. Les entrevues ont été menées par téléphone du 10 au 23 mars 2021. Dix entrevues ont été menées en français, et le reste, en anglais. Leur durée moyenne a été de 30 minutes.

*Il est important de préciser que la recherche qualitative est une forme de recherche scientifique, sociale, politique et d'opinion publique. Les séances de discussion en groupe ne sont pas conçues pour amener un groupe à atteindre un consensus ou à prendre des décisions, mais plutôt pour faire ressortir la gamme*

*complète des idées, des attitudes, des expériences et des opinions d'un échantillon restreint de participants sur un sujet précis. En raison de leur petit nombre, on ne peut s'attendre à ce que les participants soient pleinement représentatifs, au sens statistique, de la population générale dont ils sont issus, et les résultats ne peuvent être généralisés de manière fiable au-delà de leur nombre.*

Les principales conclusions peuvent être résumées comme suit :

- La participation globale à l'étude a été exemplaire. Les réflexions quotidiennes étaient invariablement détaillées, réfléchies, personnelles et sincères. De nombreux participants ont été agréablement surpris de constater à quel point ils aimaient tenir un journal quotidien. En fait, la tenue d'un journal quotidien était une pratique que plusieurs participants envisageaient de maintenir à l'avenir.
  - Lorsqu'on leur a demandé dans les entrevues si la tenue d'un journal dans le cadre d'une tentative de renoncement au tabac pouvait être un exercice utile, plusieurs participants ont estimé que cela serait le cas, surtout pour mieux comprendre leur consommation de tabac.
- Parmi les milliers de sentiments (réflexions, humeurs, émotions, etc.) évoqués dans les réflexions de journal, environ la moitié étaient des expressions d'un sentiment neutre (ni positif ni négatif). Dans l'autre moitié, les sentiments positifs étaient mentionnés plus de deux fois plus souvent que les sentiments négatifs. Et, alors que très peu de sentiments précis incluaient des variations des mots fumée ou cigarette, quand ces termes apparaissaient, il était plus fréquent que l'émotion exprimée soit de nature positive plutôt que négative.
- Ainsi, il n'est peut-être pas surprenant de constater qu'à un haut niveau, les participants avaient tendance à raconter ce qu'ils ressentaient, ce qu'ils faisaient et ceux qui les accompagnaient au cours de leurs journées.
- Cela dit, presque tous ont mentionné avoir fumé au moins une fois dans leur journal intime; beaucoup l'ont mentionné dans au moins la moitié. Quelques participants n'ont mentionné la cigarette dans aucun de leurs commentaires.
- Les participants ont exprimé de diverses façons des degrés variables de culpabilité et de honte à l'égard de leur consommation de tabac. Pour la plupart d'entre eux, fumer n'était pas quelque chose dont ils étaient particulièrement fiers ou qu'ils annonçaient ouvertement. En fait, exception faite de quelques participants qui n'ont aucun désir d'arrêter de fumer, l'abandon du tabac a été évoqué dans au moins une réflexion de journal intime de la majorité des participants.
- Ces émotions et sentiments contradictoires liés à leur comportement tabagique expliquent peut-être pourquoi les participants n'ont pas mentionné ce dernier comme on aurait pu s'y attendre. Par exemple, il ne figurait pas au premier plan dans les réflexions de journal sur ce que la santé (en général) et le fait de se sentir bien ou très bien signifiait pour eux; ce qu'ils diraient à leur « moi » de cinq ans; ou la voie à suivre à partir de maintenant (après l'exercice de journal). Il a toutefois été au cœur des réflexions de journal sur trois choses qu'ils pourraient abandonner et qui leur donneraient plus de temps, d'énergie et de paix d'esprit.
- L'analyse des réflexions de journal laisse entendre que le tabagisme joue quatre rôles principaux dans l'expérience vécue par les fumeurs quotidiens : routine, mécanisme d'adaptation (soulagement du stress), récompense et plaisir.

- Les principaux thèmes qui ont émergé concernant le tabagisme (dont certains s'inscrivent dans ses principaux rôles) sont les suivants : la pandémie de COVID-19, le désir d'arrêter ou de réduire le tabagisme, la stigmatisation et la consommation d'autres substances (alcool ou cannabis).
- C'est relativement sans surprise que la pandémie semble avoir eu un profond impact sur la vie des participants. Bien qu'elle ait été synonyme d'effets positifs pour certains, elle semble avoir touché négativement la plupart d'entre eux.
  - À la suite d'un examen plus approfondi au cours des entrevues, de nombreux participants ont indiqué que le fait de devoir composer avec la pandémie avait entraîné une augmentation de la consommation de tabac, principalement attribuable à une hausse du stress, de l'anxiété, de l'ennui ou des occasions de fumer.
- Le désir d'arrêter de fumer ou de réduire la consommation est un thème qui a été soulevé dans au moins une réflexion de journal chez la majorité des participants. Ce souhait s'est manifesté de différentes manières : le désir ou l'intention de cesser de fumer, les tentatives de renoncement antérieures (réussies ou non), les efforts visant à réduire le nombre de cigarettes fumées, la résistance à l'envie de fumer, et, inversement au sein d'une cohorte de participants, l'absence d'intention d'arrêter de fumer.
- Bien qu'il ne s'agisse pas d'un des thèmes les plus courants dans les réflexions de journal, la notion de stigmatisation a surgi de plusieurs façons. Les participants ont mentionné avoir caché leur consommation de tabac à certains membres de leur famille (p. ex., parents, conjoints/partenaires et enfants, surtout) et avoir choisi le moment et l'endroit où ils fument dans les espaces publics, ce qui témoigne de la culpabilité et de la honte qu'ils ressentent à l'égard de leur consommation de tabac.
  - Des pistes exploratoires lors des entrevues ont révélé que ceux qui ont caché leur consommation de tabac semblaient le faire pour quelques raisons : pour ne pas donner le mauvais exemple, en particulier aux enfants; pour que leur marque ou image personnelle ne soit pas définie par leur consommation de tabac; et pour éviter de recevoir des commentaires stigmatisants qui portent un jugement ou incitent à la culpabilité.
- En ce qui concerne la corrélation entre le tabagisme et la consommation d'autres substances, il semblait certainement y avoir une connexion beaucoup plus forte entre le tabagisme et la consommation d'alcool qu'entre le tabagisme et la consommation de cannabis.
  - Dans les entrevues, les personnes qui consomment de l'alcool ont tendance à décrire le tabagisme et la consommation d'alcool comme des comportements qui vont de pair ainsi qu'une augmentation notable de la consommation de cigarettes pendant la consommation d'alcool. Le contraire est vrai pour ceux qui consomment du cannabis, car ils ont l'impression de fumer moins (et moins de cigarettes) lorsqu'ils consomment du cannabis.

Cabinet de recherche :

Earnscliffe Strategy Group Inc. (Earnscliffe)

Numéro de contrat : HT372-203701/001/CY

Date d'attribution du contrat : 17 novembre 2020

J'atteste par la présente, à titre de représentant du Earnscliffe Strategy Group, que les produits livrables sont entièrement conformes aux exigences de neutralité politique du gouvernement du Canada énoncées dans la Politique de communication du gouvernement du Canada et les Procédures de planification et de passation de marchés de recherche sur l'opinion publique. Plus précisément, les produits livrables ne comprennent pas de renseignements sur les intentions de vote, les préférences des partis politiques, les positions auprès de l'électorat ou les cotes de rendement d'un parti politique ou de ses dirigeants.

Signé : 

Date : 19 avril 2021

Stephanie Constable  
Partenaire, Earnscliffe