



Dépistage et intervention brève par Internet pour la consommation d'alcool à risque: www.alcooquizz.ch

Rev Med Suisse 2011; 7: 1466-70

**N. Bertholet
M. Rège Walther
B. Burnand
J.-B. Daeppen**

Web-based screening and brief intervention for unhealthy alcohol use: www.alcooquizz.ch

Many individuals with unhealthy alcohol use have few or no contact with the health care system and are therefore unlikely to receive information or a brief intervention from a health care professional. Consequently, many Internet-based interventions have been developed. These interventions can reach a large population. We present in this report www.alcooquizz.ch, a website providing tailored feedback and information on alcohol use and its consequences. In six months and a half, more than 15000 individuals visited the website. It appropriately targets individuals with unhealthy alcohol use and users' satisfaction was high. Internet is a valuable option to provide health related information and secondary prevention interventions for unhealthy alcohol use.

Un grand nombre de personnes avec une consommation d'alcool à risque ne vont pas ou peu consulter les services de santé et n'ont pas la possibilité de recevoir des informations ou une intervention brève de la part d'un professionnel de la santé. Face à ce constat, on assiste au développement d'interventions par Internet qui permettent l'accès à une large population. Nous présentons ici www.alcooquizz.ch, un site Internet fournissant un compte rendu personnalisé et des informations générales. En six mois et demi, ce site a été visité par plus de 15000 personnes. Il paraît attractif auprès des consommateurs à risque et la satisfaction des utilisateurs est élevée. Internet représente une option valable pour transmettre des informations liées à la santé et diffuser des interventions de prévention secondaire pour la consommation d'alcool à risque.

INTRODUCTION

La consommation d'alcool à risque pour la santé est l'une des causes principales de morbidité et de mortalité en Suisse, particulièrement chez les jeunes adultes.^{1,2} Sachant que la plupart des personnes présentant une consommation à risque ne font pas de demande de suivi spécialisé,^{3,4} des efforts importants ont été faits pour leur donner accès à des traitements et services notamment le dépistage et l'intervention brève.

DÉPISTAGE ET INTERVENTION BRÈVE: EFFICACITÉ EN MÉDECINE DE PREMIER RECOURS ET CHEZ LES JEUNES

L'intervention brève est un modèle de prévention secondaire consistant en un entretien bref autour de la consommation d'alcool (après dépistage) sur un mode motivationnel et incluant des éléments de compte rendu personnalisé. Son but est une réduction de la consommation chez les consommateurs à risque. Ce modèle est considéré comme efficace en médecine de premier recours⁵⁻⁷ ainsi qu'auprès des populations jeunes,⁸⁻¹⁰ et a pu montrer des réductions de consommation de 20 à 30% dans le groupe intervention comparativement aux contrôles. En conséquence, les médecins de premier recours sont encouragés à pratiquer le dépistage et l'intervention brève.

BARRIÈRES À L'IMPLÉMENTATION

Toutefois, il existe plusieurs barrières à l'implémentation de cette procédure notamment en termes de ressources, de priorités médicales et financières, et de formation.¹¹⁻¹³ De plus, les consommateurs à risque jeunes, parce qu'ils sont peu malades et n'ont pas encore l'expérience des conséquences de leur consommation qui pourraient les amener à consulter les services de soins, ont peu de chance de recevoir une intervention brève. L'intervention brève, malgré son impact potentiel en termes de santé publique,¹⁴ n'est donc pas largement implémentée.



NOUVELLES OPPORTUNITÉS

Pour contourner ces barrières, l'un des moyens utilisés et qui est en constante augmentation, consiste à utiliser Internet dans la dissémination des messages de santé. Internet permet un accès aux interventions 24h sur 24, 7 jours sur 7, sans contrainte géographique, à la convenance de l'utilisateur qui peut accéder aux sites depuis son domicile, anonymement et sans crainte du jugement d'autrui. Cette procédure de diffusion est aussi relativement bon marché lorsqu'elle est comparée à l'implémentation à large échelle de mesures de dépistage et d'intervention brève.

INTERVENTIONS DISPONIBLES SUR INTERNET

La plupart des sites proposant dépistage et intervention brève comprennent un compte rendu personnalisé et des éléments de compte rendu normatif. Ce dernier consiste à mettre en perspective la consommation d'une personne avec celle du groupe auquel elle appartient (personnes du même sexe et du même âge). Selon la théorie des normes sociales, nos comportements sont influencés par la perception que nous avons du comportement «normal» chez les autres.¹⁵⁻¹⁷ La perception de la consommation d'autrui et en particulier la surestimation de cette consommation est un facteur favorisant la consommation d'alcool d'un individu donné.¹⁸⁻²⁰ Les interventions visant à donner une meilleure perception de la consommation d'autrui ont montré un impact positif sur la réduction de la consommation chez les consommateurs à risque.

Les interventions brèves délivrées par Internet ont montré une efficacité sur la réduction de la consommation chez les étudiants, principalement nord-américains et australiens, mais aussi dans la population générale.²¹⁻²⁵ Plusieurs études ont aussi été menées en Europe,^{26,27} mais peu de sites fournissant dépistage et intervention brève étaient disponibles en français.

Nous avons donc entrepris de développer un site Internet, basé sur des modèles dont l'efficacité a été démontrée, fournissant un dépistage et une intervention brève dans un environnement ludique, ciblant les jeunes adultes (20-35 ans) avec une consommation d'alcool à risque. Nous avons décidé d'étendre le modèle classique des sites actuellement disponibles en y ajoutant une partie d'informations générales sur la consommation d'alcool et ses conséquences sur la santé. Ce site a été développé en portant un soin particulier aux aspects d'identité, de graphisme et de présentation pour proposer un site attractif à l'ergonomie élevée. Sa diffusion a été assurée par une campagne média. Notre but était également d'étudier l'acceptabilité de ce type de procédure en Suisse. Nous exposons dans cet article les premières données d'utilisation et l'opinion des utilisateurs du site www.alcooquizz.ch.

STRUCTURE DU SITE

Le site [alcooquizz](http://alcooquizz.ch) comprend deux parties: une partie interactive et une partie informative. Un questionnaire de satisfaction permet d'évaluer la satisfaction des utilisateurs.

Partie interactive (www.alcooquizz.ch)

Elle se présente sous la forme d'un bref questionnaire suivi d'un compte rendu personnalisé. Pour accéder au questionnaire, l'utilisateur doit fournir des données démographiques (âge, sexe, poids). En fonction du sexe, l'environnement graphique est différent. L'utilisateur remplit ensuite un questionnaire sur sa consommation d'alcool et ses conséquences qui comprend:

- 1) *l'Alcohol Use Disorder Identification Test* (AUDIT),²⁸ questionnaire validé en français,²⁹ dont les choix de réponses aux deux premières questions ont été étendus afin de permettre une évaluation plus précise de la consommation d'alcool.
- 2) Des questions additionnelles sur la consommation d'alcool.
- 3) Douze questions sur les conséquences de la consommation sur le plan médico-psycho-social.

Une fois le questionnaire complété, l'utilisateur reçoit un compte rendu personnalisé avec:

- 1) Comparaison de la consommation de l'utilisateur avec celle des gens du même sexe et du même âge en Suisse (en se basant sur les données de l'Enquête suisse sur la santé³⁰).
- 2) Répercussions de la consommation sur la santé.
- 3) Calcul de l'alcoolémie atteinte avec la consommation rapportée et présentation des signes et symptômes attendus pour différents niveaux d'alcoolémie.
- 4) Total de calories ingérées sous forme de boissons alcoolisées au cours des trois derniers mois avec présentation graphique de l'équivalent en hamburgers et barres chocolatées.
- 5) Présentation du niveau de risque lié à la consommation (absent/faible, moyen, élevé) avec exemples des risques encourus (risque à court terme, à long terme) adaptés au sexe.

Le compte rendu peut être sauvegardé en format pdf. Les utilisateurs peuvent recommander le test en utilisant facebook, twitter ou par e-mail. Des captures d'écran sont présentées en **annexes**.

The screenshot shows the 'alcooquizz' website interface. At the top, there is a logo for 'alcooquizz' with the tagline 'un peu, beaucoup... j'en suis où?' and a logo for 'alcoopedia'. Below the logo, there is a search bar with a 'chercher' button. To the right of the search bar, there is a section titled 'Les questions les plus fréquentes' with a list of questions. Below this, there is a section titled 'Nuage de tags' with a list of tags. The main content area is titled 'Alcoopedia: En savoir plus sur l'alcool et ses effets' and contains several sections of text and lists of questions.

Alcoopedia: En savoir plus sur l'alcool et ses effets

Que faire si...

- Je veux parler de ma consommation
- Je suis enceinte
- Je désire aller mon enfant
- Je veux diminuer ma consommation d'alcool
- Je suis dépendant(e) à l'alcool
- Je désire évaluer ma consommation d'alcool
- Je désire connaître les offres de traitement
- Je vis avec une personne dépendante
- Je suis parent et inquiet(e) pour mon adolescent(e)

Quels sont les effets protecteurs de l'alcool sur l'organisme?

- Dans quelle mesure l'alcool est-il relaxant?
- L'alcool a-t-il un effet bénéfique sur certaines maladies?

Quels sont les effets néfastes de l'alcool sur l'organisme?

- Quelles sont les maladies causées par la consommation d'alcool?
- En quoi l'alcool augmente-t-il le risque d'accidents?
- Quel est le lien entre alcool et violence?
- Quel est l'impact de l'alcool sur l'activité sexuelle?
- Quels sont les risques liés au coma éthylique?
- L'alcool est-il une cause de mortalité?
- Quelles personnes sont plus vulnérables et à risque de développer une dépendance à l'alcool?
- La consommation d'alcool lors de la grossesse et pendant l'allaitement est-elle dangereuse?

Quel est l'impact de l'alcool sur les maladies cardiovasculaires?

- Quels sont les risques d'infarctus?
- La consommation d'alcool peut-elle provoquer des troubles du rythme du cœur?
- La consommation d'alcool peut-elle provoquer une atteinte du muscle cardiaque?

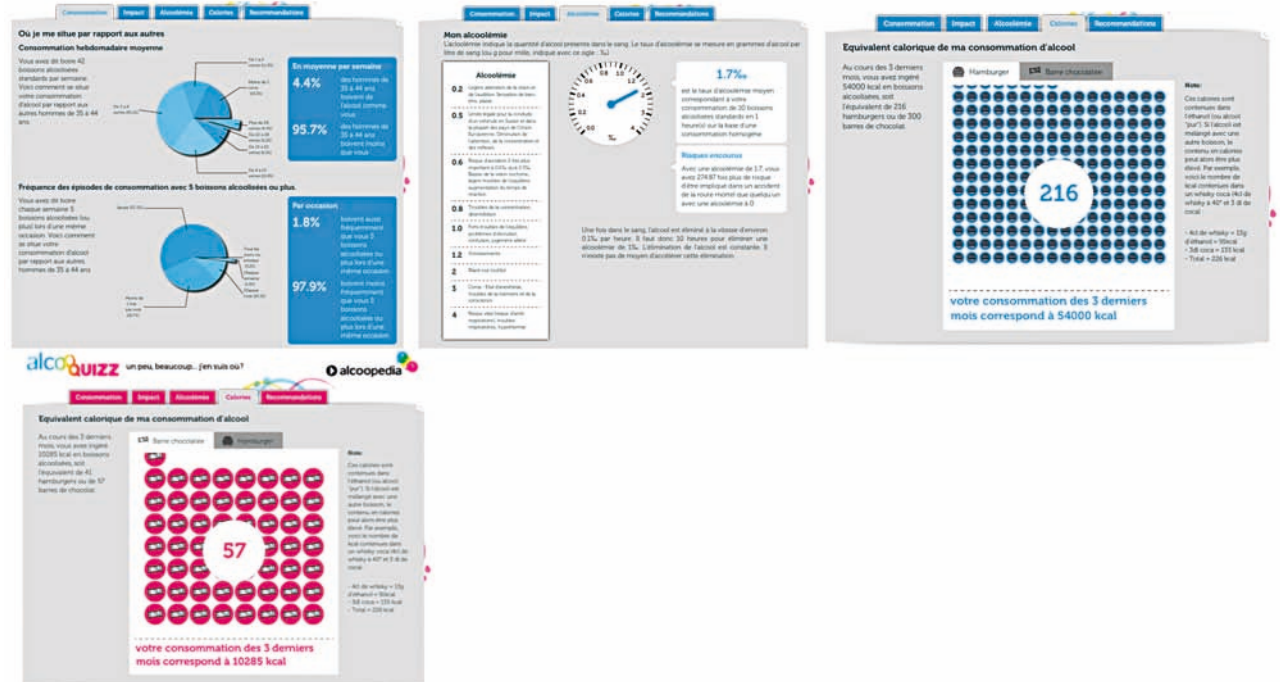
Les questions les plus fréquentes

- Je désire évaluer ma consommation d'alcool
- Je veux diminuer ma consommation d'alcool
- Quel est l'impact de l'alcool sur l'activité sexuelle?
- Qu'est-ce qu'une consommation d'alcool à risque?
- Annuaire des structures de soins en alcoologie

Nuage de tags

généralisation, enceinte, dépendance, grossesse, simulation, accident

Annexe 1. Capture d'écran de la section informations générales



Annexe 2. Captures d'écran des éléments de compte rendu personnalisé

Partie informative (www.alcoopedia.ch)

La partie informative est intitulée *Alcoopedia: en savoir plus sur l'alcool et ses effets*. Elle se présente en différents chapitres (historique, aspects bénéfiques, risques, etc.), comprend une section «que faire si...», un lexique et un module de recherche. Les informations présentées ont été sélectionnées en fonction de leur validité scientifique et les textes ont été revus afin que les termes utilisés puissent être compris par un lectorat non médical. L'utilisateur peut aussi y trouver une liste des ressources de soins en Suisse romande et en France ainsi que des liens vers des sites fournissant des informations complémentaires.

DONNÉES

Les données d'utilisation sont fournies par Google analytics. Les données complétées par les utilisateurs sont enregistrées par le site à des fins de recherche. Aucune donnée personnelle n'est enregistrée.

RÉSULTATS

Du 15.7.2010 au 31.1.2011, 15643 personnes ont accédé au site et 84% d'entre elles ont rempli le questionnaire permettant de recevoir le compte rendu personnalisé.

Sur les 28986 pages visitées, 25% étaient des pages de la partie informative. La plupart des utilisateurs étaient des hommes (67%), l'âge moyen (SD) était de 36,3 ans (13,6). Un tiers (34%) des hommes et 37% des femmes rapportaient une consommation à risque hebdomadaire (> 14 unités pour les hommes de moins de 65 ans, >7 pour les femmes (tous âges confondus) et les hommes de ≥ 65 ans,

1 unité = 10 g d'éthanol). Près de la moitié des hommes (54%) et 30% des femmes rapportaient des épisodes de consommation à risque au moins une fois par mois (≥ 6 unités par occasion). Parmi les 56% présentant une consommation à risque (hebdomadaire ou épisodique) qui ont complété les questions sur leurs intentions (n = 1590), 66% envisageaient un changement de comportement après avoir reçu le compte rendu personnalisé (changement de la quantité consommée par occasion, de la fréquence des consommations, ou évitement des situations à risque). Les caractéristiques des utilisateurs sont présentées dans le **tableau 1**.

Tableau 1. Caractéristiques des utilisateurs

	Total (n = 13 160)	Hommes (n = 8821)	Femmes (n = 4339)
Age, médiane (Q1, Q3)	33 (26, 45)	33 (27, 45)	32 (26, 45)
Consommation hebdomadaire, médiane d'unités d'éthanol (Q1, Q3)	8 (3, 15)	9 (4, 18)	5 (2, 10)
Score AUDIT, médiane (Q1, Q3)	8 (5, 12)	9 (5, 13)	6 (4, 10)
Consommation à risque hebdomadaire, % (n)*	35% (4621)	34% (2995)	37% (1626)
Consommation à risque épisodique, % (n)**	46% (5980)	54% (4696)	30% (1284)
Au moins 1 risque	56% (7266)	60% (5250)	47% (2016)

Q1, Q3: percentiles 25 et 75.
 * > 14 unités par semaine pour les hommes de moins de 65 ans, > 7 unités par semaine pour les femmes (tous âges confondus) et hommes de 65 ans ou plus.
 ** 6 unités ou plus lors d'une même occasion, une fois par mois ou plus.

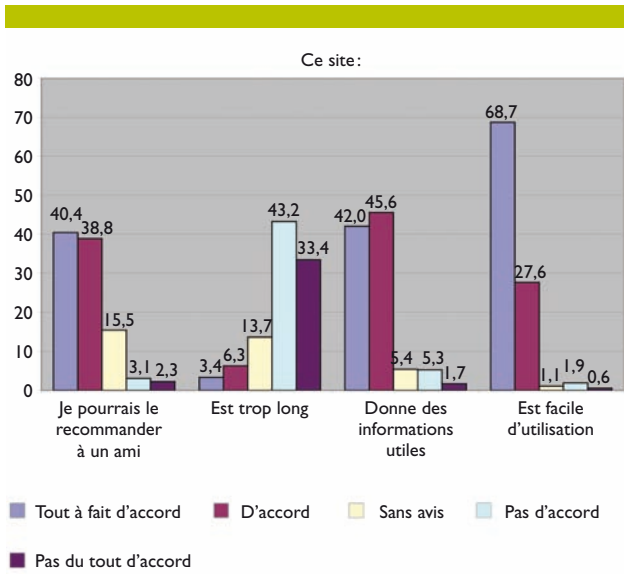


Figure 1. Avis général des utilisateurs

Parmi les utilisateurs ayant rempli le questionnaire de satisfaction (n=1001), la majorité rapportait une facilité d'utilisation du site et une satisfaction vis-à-vis du contenu. L'évaluation des avis des utilisateurs est présentée dans les figures 1 et 2.

DISCUSSION

Nous avons développé un site Internet en français basé sur des modèles ayant montré une efficacité sur la réduction de la consommation d'alcool chez les consommateurs à risque en population générale.²² Nos résultats montrent que la prévention secondaire par Internet semble attractive: le nombre de visiteurs est élevé et les utilisateurs rapportent un haut degré de satisfaction. Globalement, le

site est jugé utile et facile d'utilisation et les utilisateurs ont, pour la plupart, pris le temps de compléter le questionnaire permettant de recevoir un compte rendu personnalisé. Le site semble attractif auprès des personnes présentant une consommation à risque, celle-ci étant largement surreprésentée chez les utilisateurs par rapport à la population générale. Toutefois, pour ce qui est de la catégorie d'âge visée au départ (20-35 ans), notre site a attiré des utilisateurs plus âgés (la moitié ont entre 26 et 45 ans) qui semblent potentiellement plus concernés par leur santé et leurs habitudes de vie. Bien que ce type de site Internet ait un public spontané, la visibilité dans les médias contribue à faire augmenter largement le nombre de visites, ce que nous avons pu observer lors de la campagne de promotion du site.

Les résultats rapportés ici sont sujets à quelques limitations. Premièrement, la fiabilité des réponses peut être questionnée et certains utilisateurs peuvent avoir été tentés de répondre au questionnaire dans le but de «tester» le site et de voir où pouvaient se situer les limites de consommation à risque par exemple. De telles réponses limitent les conclusions que nous pouvons porter sur le profil exact des utilisateurs du site. Deuxièmement, le questionnaire de satisfaction n'a été rempli que par une partie des utilisateurs. Même si le profil des personnes ayant complété ce questionnaire n'est pas différent du reste du collectif (absence de différence statistiquement significative (p<0,5) pour l'âge, le sexe et les données de consommation d'alcool), il est possible que celles qui ont répondu à ce questionnaire ne correspondent pas aux autres utilisateurs pour ce qui est de leur satisfaction. La proportion de visiteurs ayant rempli le questionnaire de dépistage laisse toutefois penser que le site est en tous les cas suffisamment facile d'utilisation pour la plupart.

La relative faible fréquentation des pages d'informations générales par rapport aux pages interactives (25%) est peut-être le reflet d'une demande préférentielle d'informations

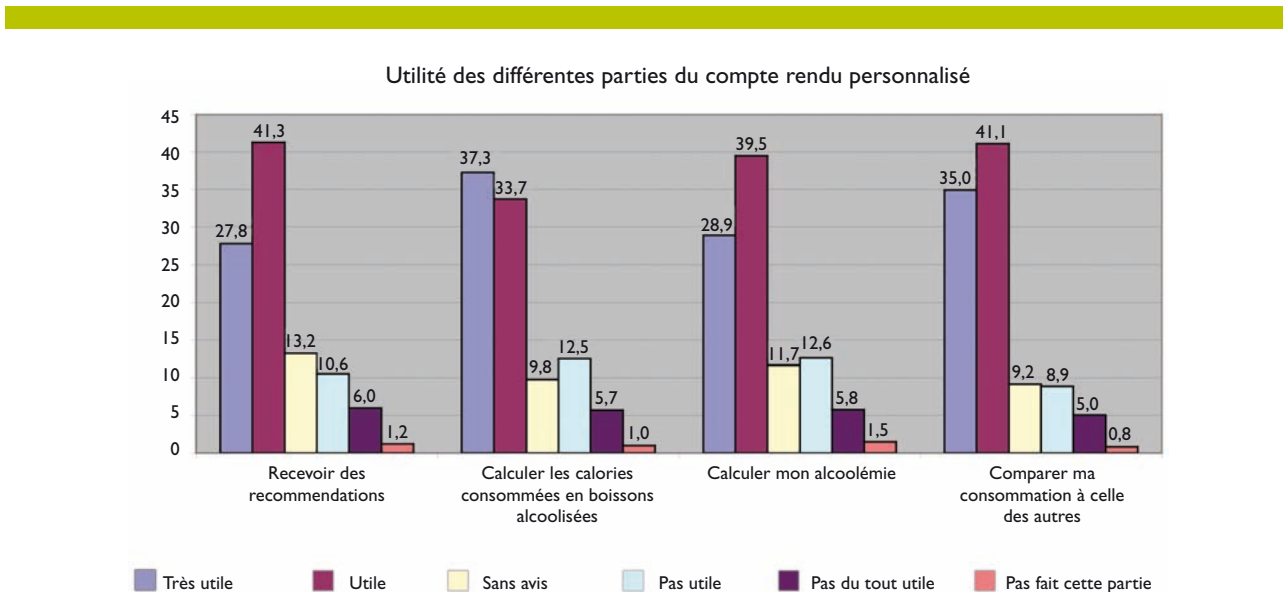


Figure 2. Avis des utilisateurs sur le compte rendu personnalisé



personnalisées, ou le reflet d'une mauvaise visibilité de ces pages. Une augmentation de la visibilité de ces pages d'informations est prévue dans le futur.

Internet et les nouvelles technologies (usage des smartphones dans la diffusion de messages en lien avec la santé, par exemple) représentent une possibilité supplémentaire de mettre à disposition de la population des outils et des informations de prévention personnalisées. Les praticiens peuvent les recommander à leurs patients, leur permettant ainsi de s'impliquer individuellement dans une démarche de prévention pour leur propre santé. ■

Implications pratiques

- > Le dépistage et l'intervention brève par internet pour la consommation d'alcool à risque constituent une alternative efficace et largement accessible
- > Le site www.alcooquizz.ch qui propose ce type de procédure représente une possibilité supplémentaire de mettre à disposition de la population des outils et informations de prévention personnalisées
- > Cet outil peut être utilisé par les praticiens qui peuvent le recommander à leurs patients, leur permettant ainsi de s'impliquer individuellement dans une démarche de prévention pour leur propre santé

Adresses

Dr Nicolas Bertholet
Pr Jean-Bernard Daepfen
Service d'alcoologie
Mont-Paisible 16, 1011 Lausanne
Nicolas.Bertholet@chuv.ch
Jean-Bernard.Daepfen@chuv.ch

Dr Myriam Rège Walther
IMS – Médecine sociale et préventive (IUMSP)/IMSE –
Evaluation des soins

Dr Bernard Burnand
IMS – Médecine sociale et préventive (IUMSP)/IMSD –
Direction de la médecine sociale et préventive
Rue du Bugnon 17, 1011 Lausanne
Myriam.Rege@chuv.ch
Bernard.Burnand@chuv.ch

Bibliographie

- 1 Rehm J, Room R, Monteiro M, et al. Alcohol as a risk factor for global burden of disease. *Eur Addict Res* 2003;9:157-64.
- 2 Rehm J, Taylor B, Roerecke M, Patra J. Alcohol consumption and alcohol-attributable burden of disease in Switzerland, 2002. *Int J Public Health* 2007;52:383-92.
- 3 Cunningham J, Breslin FC. Only one in three people with alcohol abuse or dependence ever seek treatment. *Addict Behav* 2004;29:221-3.
- 4 Dawson DA, Grant BF, Stinson FS, et al. Recovery from DSM-IV alcohol dependence: United States, 2001-2002. *Addiction* 2005;100:281-92.
- 5 Bertholet N, Daepfen JB, Wietlisbach V, Fleming M, Burnand B. Reduction of alcohol consumption by brief alcohol intervention in primary care: Systematic review and meta-analysis. *Arch Intern Med* 2005;165:986-95.
- 6 Bertholet N, Schwan R, Duhamel O, Perney P, Daepfen JB. Efficacité de l'intervention brève. *Alcoologie et Addictologie* 2003;25:59S-63S.
- 7 Kaner EF, Beyer F, Dickinson HO, et al. Effectiveness of brief alcohol interventions in primary care populations. *Cochrane Database Syst Rev* 2007:CD004148.
- 8 Baer JS, Kivlahan DR, Blume AW, McKnight P, Marlatt GA. Brief intervention for heavy-drinking college students: 4-year follow-up and natural history. *Am J Public Health* 2001;91:1310-6.
- 9 Borsari B, Carey KB. Effects of a brief motivational intervention with college student drinkers. *J Consult Clin Psychol* 2000;68:728-33.
- 10 Moreira MT, Smith LA, Foxcroft D. Social norms interventions to reduce alcohol misuse in university or college students. *Cochrane Database Syst Rev* 2009;3:CD006748.
- 11 Beich A, Gannik D, Malterud K. Screening and brief intervention for excessive alcohol use: Qualitative interview study of the experiences of general practitioners. *BMJ* 2002;325:870.
- 12 Friedmann PD, McCullough D, Chin MH, Saitz R. Screening and intervention for alcohol problems. A national survey of primary care physicians and psychiatrists. *J Gen Intern Med* 2000;15:84-91.
- 13 Nygaard P, Aasland OG. Barriers to implementing screening and brief interventions in general practice: Findings from a qualitative study in Norway. *Alcohol Alcohol* 2011;46:52-60.
- 14 Rehm J, Patra J, Gnam WH, Sarnocinska-Hart A, Popova S. Avoidable cost of alcohol abuse in Canada. *Eur Addict Res* 2011;17:72-9.
- 15 Berkowitz AD. An overview of the social norms approach. In: Lederman L, Stewart L, eds. *Changing the culture of college drinking: A socially situated health communication campaign*. Creskill, NJ: Hampton Press, 2005.
- 16 Perkins HW. Misperception of peer drinking norms in Canada: Another look at the «reign of error» and its consequences among college students. *Addict Behav* 2007;32:2645-56.
- 17 Perkins HW, Haines MP, Rice R. Misperceiving the college drinking norm and related problems: A nationwide study of exposure to prevention information, perceived norms and student alcohol misuse. *J Stud Alcohol* 2005;66:470-8.
- 18 Kypri K, Langley JD. Perceived social norms and their relation to university student drinking. *J Stud Alcohol* 2003;64:8.
- 19 McAlaney J, McMahon J. Normative beliefs, misperceptions, and heavy episodic drinking in a British student sample. *J Stud Alcohol Drugs* 2007;68:385-92.
- 20 * Bertholet N, Gaume J, Faouzi M, Daepfen JB, Gmel G. Perception of the amount of drinking by others in a sample of 20-year-old men: The more I think you drink, the more I drink. *Alcohol Alcohol* 2011;46:83-7.
- 21 Kypri K, Hallet J, Howat P, et al. Randomized controlled trial of proactive web-based alcohol screening and brief intervention for university students. *Arch Intern Med* 2009;169:1508-14.
- 22 * Cunningham J, Wild TC, Cordingley J, van Mierlo T, Humphreys K. A randomized controlled trial of an internet-based brief intervention for alcohol abusers. *Addiction* 2009;12:2023-32.
- 23 Cunningham JA, Humphreys K, Koski-Jannes A. Providing personalized assessment feedback for problem drinking on the Internet: A pilot project. *J Stud Alcohol* 2000;61:794-8.
- 24 Cunningham JA, Humphreys K, Koski-Jannes A, Cordingley J. Internet and paper self-help materials for problem drinking: Is there an additive effect? *Addict Behav* 2005;30:1517-23.
- 25 Saitz R, Palfai TP, Freedner N, et al. Screening and brief intervention online for college students: The ihealth study. *Alcohol Alcohol* 2007;42:28-36.
- 26 Koski-Jannes A, Cunningham JA, Tolonen K, Bothas H. Internet-based self-assessment of drinking – 3-month follow-up data. *Addict Behav* 2007;32:533-42.
- 27 Wallace P, Linke S, Murray E, McCambridge J, Thompson S. A randomized controlled trial of an interactive Web-based intervention for reducing alcohol consumption. *J Telemed Telecare* 2006;12(Suppl.1):S52-4.
- 28 Saunders JB, Aasland OG, Babor TF, de la Fuente JR, Grant M. Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): WHO Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption – II. *Addiction* 1993;88:791-804.
- 29 Gache P, Michaud P, Landry U, et al. The Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) as a screening tool for excessive drinking in primary care: Reliability and validity of a French version. *Alcohol Clin Exp Res* 2005;29:2001-7.
- 30 OFS. Enquête suisse sur la santé 2002. In: *statistique Ofdl, ed. Statistique suisse*. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique, 2004.

* à lire

** à lire absolument