

## Désaccoutumance au tabac

Crise du coronavirus: entre défi et opportunité



**Pendant la crise du coronavirus, une nouvelle campagne accompagne les fumeuses et les fumeurs et les incite à voir dans cette période une occasion d'arrêter de fumer.**

Les restrictions mises en place pour enrayer la pandémie représentent un défi pour beaucoup de fumeuses et de fumeurs. Limitation de la liberté de mouvement, stress, ennui: autant de facteurs qui peuvent donner envie de fumer plus que d'habitude. C'est pourquoi en avril 2020, l'Association suisse pour la prévention du tabagisme a lancé une campagne sur la plateforme «stopsmoking.ch», afin d'aider les fumeuses et les fumeurs à maintenir leur consommation sous contrôle même en cette période difficile et de les inciter à essayer d'arrêter de fumer.

Sous le nom «Prévention du tabagisme et Covid-19», cette campagne porte particulièrement sur la vie «entre quatre murs» que beaucoup ont expérimentée durant le semi-confinement. Elle s'articule principalement autour du contrôle de la consommation et de la prévention de la fumée passive. La campagne utilise des illustrations dessinées et des vidéos, qui donnent de nombreux trucs et astuces. Elles sont disponibles en plusieurs langues sur le site Web stopsmoking.ch, sur les réseaux sociaux (Twitter, Facebook, Instagram) et sur la chaîne de télévision en ligne Diaspora TV Switzerland.

**Une consommation respectueuse**

Entre les horaires de travail réduits et le télétravail, de nombreuses personnes passent beaucoup plus de temps ensemble chez elles. C'est aussi le cas des enfants, qui ne partent plus à l'école et n'ont plus de loisirs à l'extérieur. Dans cette situation, il est nécessaire de respecter autrui: les colocataires, les proches et les enfants ne doivent pas être exposés à la fumée passive. Il est notamment recommandé de planifier et de réduire sa consommation de tabac, et de fumer systématiquement à l'extérieur du logement.

**Une période idéale pour se sevrer**

La situation actuelle est une bonne occasion d'arrêter de fumer. La plupart du temps, ce sont des rituels et des habitudes prises au fil des ans qui rendent le sevrage si difficile. Or, les restrictions dues à la crise du coronavirus cassent de nombreux schémas tels que les pauses cigarette au travail ou encore les rencontres entre amis. La campagne fournit aussi des informations concernant les interlocuteurs dans le cadre du sevrage tabagique comme la Ligne stop-tabac ou encore des applications d'aide. Elle est financée par le fonds de prévention du tabagisme, avec le soutien de la Ligue suisse contre le cancer, de la Ligue pulmonaire suisse, de Promotion santé Valais, de la Fondation Suisse de Cardiologie, d'Addiction Suisse et d'Unisanté.

Ont participé à cette édition: Georg Stalder, Thomas Beutler, Markus Dick, Wolfgang Kweitel; Mise en page: H.P. Hauser

### SOMMAIRE

#### Désaccoutumance au tabac

- ▶ Crise du coronavirus: entre défi et opportunité

#### Industrie du tabac

- ▶ Le marketing en temps de crise

#### Politique en matière de tabac

- ▶ Interdiction des arômes dans l'UE

#### Jeunesse

- ▶ Expérience non-fumeur et Covid-19
- ▶ Journée mondiale sans tabac sous le signe de la jeunesse

#### Santé

- ▶ Fumeuses et fumeurs: attention au Covid-19

+++ En bref +++

**Le Conseil d'État neuchâtois étend la protection contre la fumée passive aux cigarettes électroniques**

Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2020, dans le canton de Neuchâtel, les cigarettes électroniques sont soumises aux mêmes prescriptions que les cigarettes et autres produits du tabac en ce qui concerne la protection contre la fumée passive. La consommation de cigarettes électroniques dans des locaux fermés est interdite si ces derniers sont accessibles au public ou si plusieurs personnes y ont leur poste de travail. Comme pour les cigarettes, une exception est applicable pour les fumeurs inutiles.

# Industrie du tabac

## Le marketing en temps de crise

**La nicotine pour se protéger contre le Covid-19 et un vaccin à base de plantes de tabac: ou comment l'industrie du tabac essaie de profiter de la crise du coronavirus pour redorer son blason.**

Il est particulièrement ironique d'apprendre que le tabac pourrait soudainement protéger contre une maladie pulmonaire grave. C'est pourtant l'information relayée dans les médias au mois d'avril, en pleine crise du coronavirus. Des études auraient conclu que la nicotine protège contre une infection au Covid-19 et le développement d'une grave maladie. En comparaison avec le reste de la population, les fumeuses et les fumeurs seraient moins touchés par le Covid-19 et seraient moins sujets à une évolution critique de la maladie.

Quelle est la part de vérité dans ces études? Pas très élevée! Depuis les années 50 déjà, l'industrie du tabac s'approprie certaines études scientifiques. Ces dernières sont financées par

l'industrie et génèrent comme souhaité des résultats positifs. Les scientifiques responsables de ces études sont souvent des récidivistes. Aujourd'hui, c'est Konstantinos Farsalinos et Riccardo Pelosa, tous deux tristement célèbres pour leurs liens avec l'industrie du tabac et des cigarettes électroniques, qui y participent. Ces études ne résistent toutefois pas longtemps lorsqu'on les examine plus en détail. En effet, des lacunes ont déjà été mises en évidence et des études indépendantes plus sérieuses démontrent que les fumeuses et les fumeurs sont généralement plus vulnérables au virus.

### Le pouvoir magique des plantes de tabac

L'industrie du tabac a également réussi un coup médiatique en annonçant qu'elle avait contribué au développement d'un vaccin contre le Covid-19, dont la substance active serait extraite des plantes de tabac. Philip Morris et British American Tobacco possèdent toutes deux des

parts dans des entreprises pharmaceutiques qui peuvent appliquer des procédures utilisées depuis longtemps pour faire fabriquer des substances médicamenteuses à partir de plantes génétiquement modifiées ou de bactéries. Peu importe que le projet réussisse ou non: le simple fait d'annoncer un vaccin permet aux multinationales du tabac de redorer leur image et de se positionner comme des entreprises responsables.

Depuis de nombreuses années, prétendre suivre une stratégie durable et sociale est une pratique courante de l'industrie du tabac dans le domaine des relations publiques. La situation de crise lui offre une nouvelle opportunité de faire oublier les millions de décès prématurés dont elle est responsable chaque année. La méthode est transparente: en mars, Philip Morris a offert 50 appareils respiratoires à un hôpital grec, une action pour laquelle la multinationale a essuyé de vives critiques.

# Politique en matière de tabac

## Interdiction des arômes dans l'UE

**Les arômes dans les cigarettes facilitent l'inhalation et sont surtout appréciés par les jeunes. Ils sont désormais interdits dans l'UE et en Grande-Bretagne.**

Depuis le 20 mai 2020, les cigarettes au menthol et contenant d'autres arômes sont interdites dans l'UE et en Grande-Bretagne. Les arômes masquent non seulement le goût du tabac, mais ils contribuent aussi à atténuer la toux, qui est un réflexe de protection naturelle contre les substances toxiques contenues dans la fumée. Par conséquent, les personnes qui commencent à fumer optent volontiers pour des cigarettes aromatisées. Depuis 2016, l'UE et la Grande-Bretagne interdisent également les additifs, qui facilitent l'inhalation et l'absorption de nicotine.

### Les multinationales du tabac saisissent le tribunal

Cette réglementation fait partie de la directive de l'UE sur les produits du tabac qui a été adoptée

en 2014 après d'âpres négociations et qui est entrée en vigueur en 2016 avec une phase transitoire de quatre ans. La directive a dû s'imposer face à la forte opposition de l'industrie du tabac. Au début du mois de mai 2016, la Cour de justice de l'Union européenne à Luxembourg a rejeté les plaintes qu'elle avait reçues de la Pologne et de plusieurs entreprises du tabac. Dans son jugement, la Cour a relevé que les produits qui contenaient un «arôme agréable» comme les cigarettes au menthol les rendaient plus attractifs, notamment pour les nouveaux fumeurs. L'organe législatif de l'UE est donc habilité à interdire ces produits pour enrayer la consommation de tabac.

La directive de l'UE vise explicitement à empêcher les jeunes de commencer à fumer. D'autres mesures y contribuent également, comme des mises en garde plus grandes recouvrant les deux tiers de l'avant et de l'arrière des paquets de cigarettes et du tabac à rouler.

### Protection des jeunes inexistante en Suisse

En Suisse, il n'existe pas de restrictions pour les arômes contenus dans les produits du tabac et à base de nicotine. Jusqu'à présent, le lobby du tabac et des cigarettes électroniques s'y est toujours opposé avec succès. En 2016, le Conseil national et le Conseil des États ont rejeté l'ensemble de la loi sur les produits du tabac proposée par le Conseil fédéral. Une nouvelle motion a échoué en 2019 devant la Commission de la santé du Conseil des États.

Les produits aromatisés sont particulièrement appréciés par les jeunes. Aux États-Unis, où la cigarette électronique a connu un véritable boom ces dernières années, la majorité des jeunes consommatrices et consommateurs ont déclaré qu'ils avaient commencé à fumer avec un produit aromatisé.

## JEUNESSE

### Expérience non-fumeur et Covid-19

**2227 classes de toute la Suisse ont participé à la 20<sup>e</sup> édition d'Expérience non-fumeur. Commencée en classe, l'expérience s'est poursuivie pendant la période de fermeture des établissements.**

Dans le cadre du concours Expérience non-fumeur, des enfants et des adolescents s'engagent à ne pas consommer de tabac ou d'autres produits à base de nicotine pendant six mois et en profitent pour aborder le thème du tabagisme en classe. 2227 classes ont participé à l'édi-

tion 2019/2020, et les élèves de 1378 d'entre elles ont réussi à s'abstenir de fumer pendant toute la période. Le taux de réussite atteint donc 60 %. Cent bons CFF ont été tirés au sort parmi les classes qui ont respecté les conditions du concours.

Après la fermeture des écoles au printemps, le projet a dû s'adapter à l'enseignement à distance pendant deux mois. Expérience non-fumeur en a profité pour organiser un concours créatif, auquel les jeunes ont pu participer

depuis chez eux en créant dessins, textes, photos ou vidéos sur le thème «L'air pur». Nous avons reçu de nombreux et magnifiques chefs-d'œuvre. Certains d'entre eux ont été publiés dans le magazine OXY et leurs auteurs ont reçu une récréation pour toute la classe.

Le concours Expérience non-fumeur sera reconduit l'année prochaine. Il sera possible de s'y inscrire dès le 10 septembre 2020 sur le site [www.experience-nonfumeur.ch](http://www.experience-nonfumeur.ch).

### Journée mondiale sans tabac sous le signe de la jeunesse

**La Journée mondiale sans tabac du 31 mai 2020 a mis l'accent sur les stratégies marketing que l'industrie du tabac utilise pour attirer les jeunes.**

Plus on commence à fumer tôt, plus le risque de rester dépendant à la nicotine toute sa vie est élevé. L'industrie du tabac en est aussi parfaitement consciente. Pour elle, cette réalité est séduisante: les jeunes sont facilement influençables et peuvent potentiellement devenir des clientes et clients fidèles pendant de nombreuses années. Il n'est donc pas étonnant que la publicité pour les produits du tabac et à base de nicotine cible en toute conscience et de manière agressive les enfants et les adolescents. Cette année, la Journée mondiale sans tabac («World No Tobacco Day») de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) du 31 mai était placée sous le signe de la protection de la jeunesse et mettait en lumière les stratégies des multinationales du tabac.

#### La publicité s'étend sur Internet

Dans les pays occidentaux, le marketing de l'industrie du tabac se concentre depuis quelques années sur les nouveaux produits du tabac et à base de nicotine comme les cigarettes électroniques ou les appareils à chauffer le tabac. La publicité cible les jeunes en leur vantant entre autres des arômes doux comme «mangue» ou «petits fruits» et des «kits pour débutants». Le design des articles copie celui de l'iPhone d'Apple et les produits sont vendus sous la forme de clés USB élégantes, pour exclure toute ressemblance

avec les cigarettes décriées. Cette stratégie est un succès: aux États-Unis, plus de la moitié des jeunes font leur première expérience de fumeur avec des produits aromatisés.

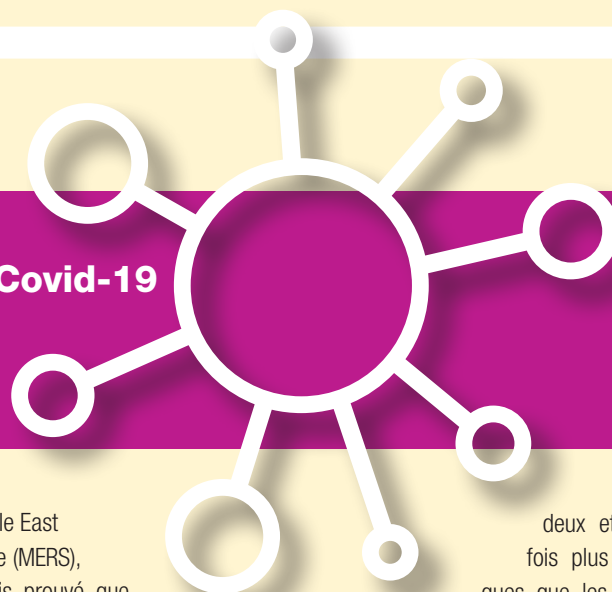
Comme beaucoup d'autres secteurs, l'industrie du tabac renforce de plus en plus sa publicité sur Internet. Les multinationales du tabac travaillent avec des influenceuses et des influenceurs pour commercialiser leurs produits sur les réseaux sociaux. Sur la plateforme de photos

Instagram notamment, les paquets de cigarettes et les cigarettes électroniques sont habilement intégrés à un sujet et les messages de mise en garde sont discrètement masqués sur ordre de l'industrie du tabac. Ce type de publicité s'adresse surtout aux jeunes femmes, qui représentent un des principaux groupes-cibles des influenceuses et influenceurs, et contourne les restrictions publicitaires, car le contenu n'est souvent pas désigné comme de la publicité.



## Santé

### Fumeuses et fumeurs: attention au Covid-19



**Les effets négatifs du tabagisme sur le système cardiovasculaire et les voies respiratoires sont bien connus. Depuis le mois de mars, voire avant, on se demande quels sont les effets du tabagisme dans le cas d'une infection au Covid-19. Les fumeuses et les fumeurs sont-ils plus gravement touchés par le coronavirus? Quel rôle jouent le tabac et la nicotine sur le risque d'infection et l'évolution de la maladie?**

Ce que l'on sait, c'est que d'une manière générale, le tabagisme augmente la probabilité d'être infecté par un virus et qu'en cas d'infection, le rétablissement est plus compliqué.

- Le tabagisme affaiblit le système immunitaire et nuit ainsi à la capacité qu'a naturellement l'organisme de se défendre contre des infections.
- Quand on fume, on amène la main près de la bouche de façon répétée, ce qui augmente la probabilité de transmission des virus. Le tabagisme endommage les voies respiratoires et entraîne des modifications génétiques et des dysfonctionnements respiratoires (Zhou et al. 2016).
- Le tabagisme multiplie par deux le risque d'infections des voies respiratoires (Cohen et al. 1993).
- Une vue d'ensemble systématique montre que le tabagisme s'accompagne d'un risque accru d'hospitalisation, bien que le lien avec le traitement en soins intensifs et les décès soit moins manifeste (Han et al. 2019).

- Dans le cas du Middle East Respiratory Syndrome (MERS), il a été maintes fois prouvé que les fumeuses et fumeurs étaient davantage sujets à la maladie (Seys et al. 2018; Nam et al. 2017; Park et al. 2018).

Pour le Covid-19, ce que l'on sait jusqu'ici (état le 23 avril 2020):

- Les virus SARS-CoV-1 et SARS-Cov-2 (Covid-19) atteignent l'intérieur de la cellule par des récepteurs ACE2 (Cai 2020a). D'après les dernières découvertes, ces récepteurs sont plus actifs chez les personnes qui fument que chez celles qui ne fument pas.
- Les fumeuses et fumeurs, surtout s'ils fument depuis longtemps, sont davantage sujets au SARS-Cov-2 et la maladie n'évolue pas chez eux comme chez les non-fumeurs (Brake et al. 2020; Wang et al. 2020).
- Le tabagisme augmente le risque de souffrir de maladies des poumons, réduit la capacité pulmonaire et favorise les inflammations des voies respiratoires qui engendrent des complications tant lors d'inflammations pulmonaires qu'en cas de Covid-19 (Arcavi and Benowitz 2004; Liu et al. 2020).
- L'une des premières études menées à Wuhan en décembre 2019 et janvier 2020 a inclus le comportement des patientes et patients en matière de tabagisme et a identifié le tabagisme et l'âge comme des facteurs de risque (Liu et al. 2020).
- Une deuxième étude plus vaste a révélé que les fumeuses et les fumeurs avaient entre

deux et quatre fois plus de risques que les non-fumeurs de développer une forme grave de la maladie et d'être admis en soins intensifs (Guan et al. 2020). (Les études précédentes réalisées à Wuhan doivent être traitées avec la plus grande prudence en raison du caractère provisoire des données recueillies.)

- Une étude menée à Vancouver a examiné comment le coronavirus utilisait les récepteurs ACE2 comme point d'accès aux cellules. Si le virus peut infecter des personnes de tout âge, les cas les plus graves concernent surtout les personnes de plus de 55 ans avec des comorbidités telles que la BPCO. L'étude préconise un arrêt du tabagisme au même titre qu'une surveillance accrue de ce groupe à risque (Leung et al. 2020).

Suite à ces premières constatations, on peut donc dire que le tabagisme augmente à la fois le risque de contracter le Covid-19 et le risque de complications. Toutefois, l'appréciation de ces résultats doit rester prudente: de nombreuses études n'englobent que des échantillons réduits et leurs résultats doivent donc être considérés comme des conclusions intermédiaires. Avant de pouvoir faire des affirmations fiables, il faudra que d'autres études viennent confirmer ces résultats, définissent plus précisément les facteurs et donnent des indications quant au mode d'action du virus dans l'organisme.