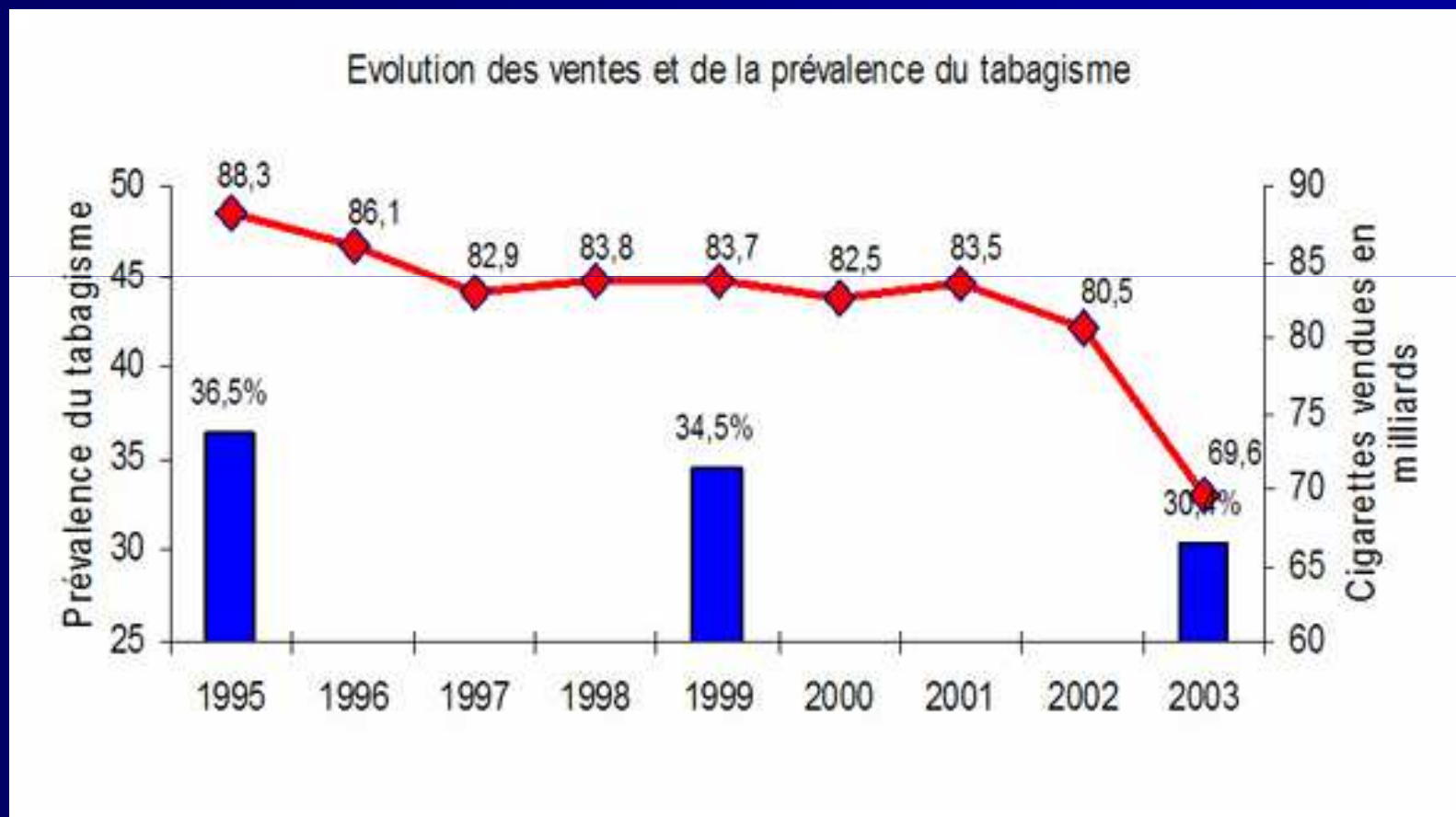


LA REDUCTION DES RISQUES LIES AU TABAGISME

Mythe ou réalité ?

Diminution importante des ventes de cigarettes et de la prévalence du tabagisme



Mais une diminution qui se ralentit en 2004



LA REDUCTION DES RISQUES

Actions sur le produit

Réduction de la consommation

1 - ACTIONS SUR LE PRODUIT

- Modifier les normes ISO (AFNOR) de la composition de la fumée.

Les fumeurs ne sont pas des machines :



ils ne fument pas selon la norme ISO 3308 (chiffrées sur le paquet)

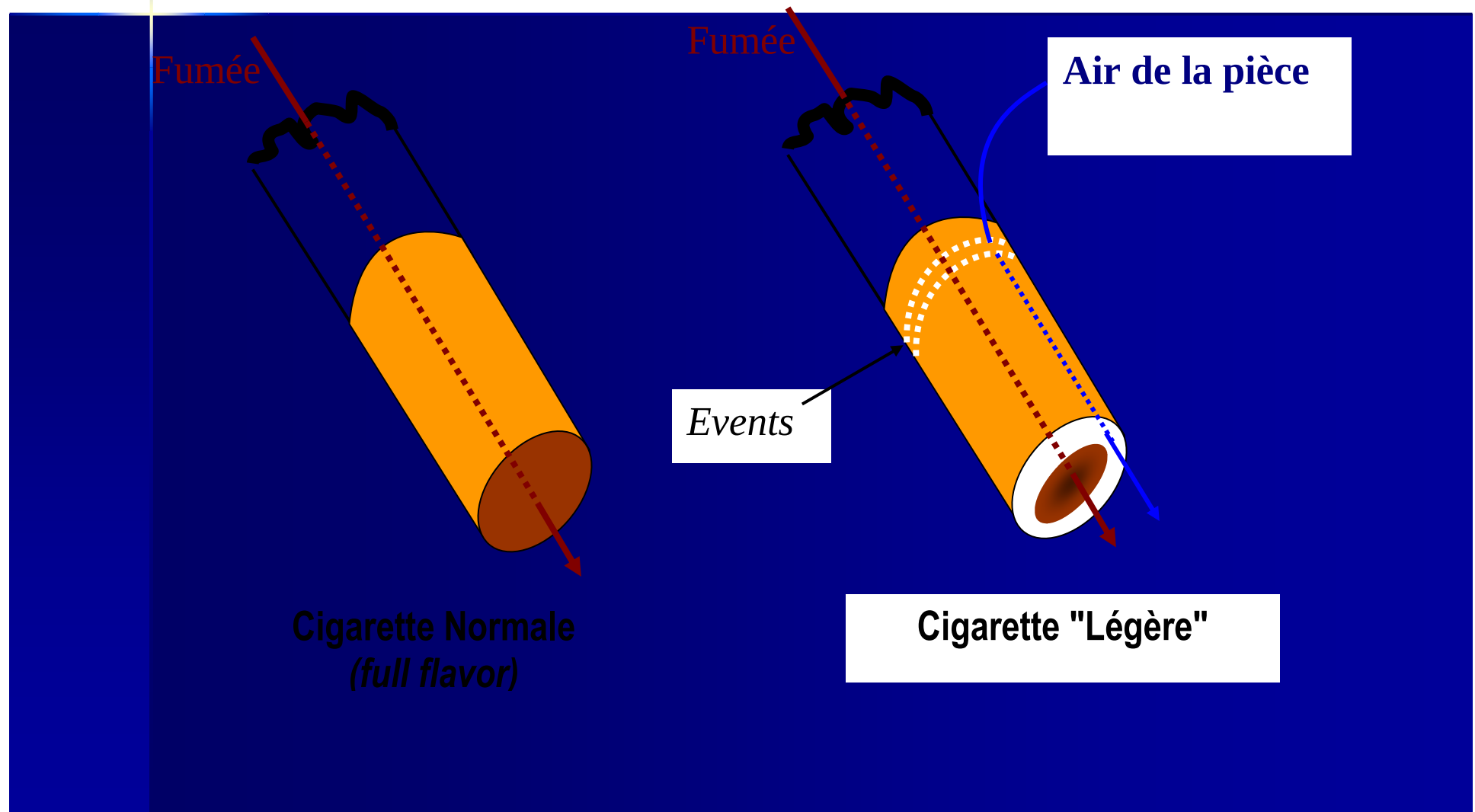
	ISO 3308	Moyenne de 18 études
Volume/bouffée (ml)	35	43
Durée entre bouffées (sec)	60	28
Nbre bouffées/cig	12,5	15,5
ml fumée/cig	546	868
Pores filtre libres	oui	non

Source : 60 millions de consommateurs 1999, 331, 28-37

Les filtres

- Réellement filtrants : peu appréciés des fumeurs.
- Depuis 1981 : Dilution de la fumée (tunnels sensibles à l'écrasement).
- Non écrasement lors des tests en laboratoire.

Le bout du mégot d'une cigarette "légère" est une COCARDE



Les cigarettes légères

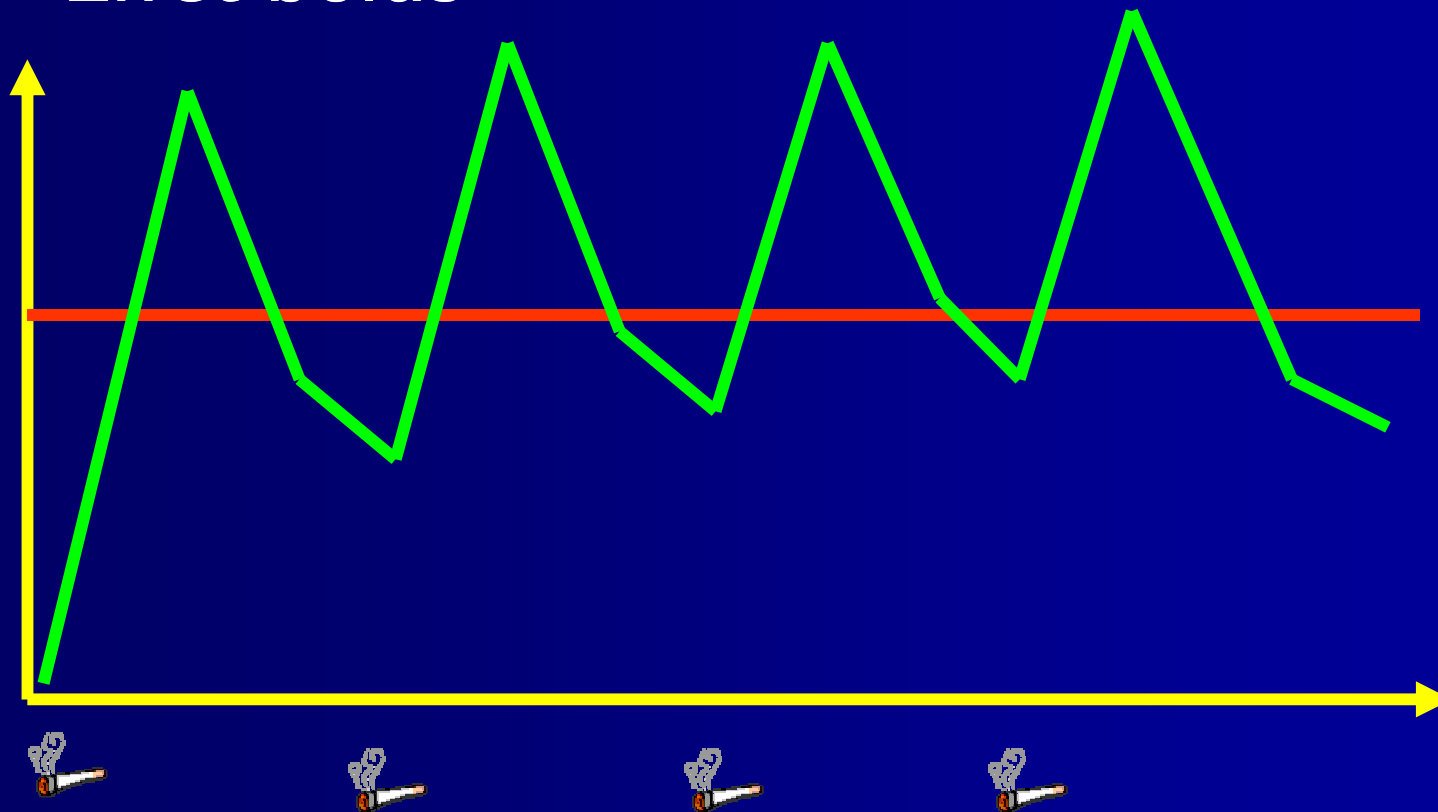
- Pas de base légale.
- Falsification des résultats « in vivo ».
- Détournement de la clientèle des cigarettes « dangereuses » vers les « légères ».
- Recherche de la « compensation » :
 - Augmentation du volume des bouffées
 - Inhalations profondes (distalité des dépôts)

Les cigarettes « sûres »

- OGM
- Cigarettes pauvres en Nitrosamines (seules).
- Diminution de la quantité de tabac dans la cigarette.

LA REDUCTION DE LA CONSOMMATION - Introduction

■ Effet bolus



***Dans le hall d'une Faculté de Médecine
Il est facile de se faire une collection de mégots...***



Même marque, même longueur : Comparez la coloration des filtres...

D'après R. Molimard

2 - LA REDUCTION DE LA CONSOMMATION

Introduction

- Hypothèse :
 - Réduction : différent de modération.
 - Espoir de diminution des risques sanitaires.
 - Etape vers l'arrêt.
 - Concerne également l'entourage.

Problématique

- Fondements du concept :
 - relations dose/effets,
- Questions posées :
 - Réduction de la dose = réduction des risques?
 - Réduction à long terme?
 - Comment mesurer les effets de la réduction à l'exposition?

L'arrêt du tabac reste une aventure personnelle souvent difficile

- 74%* des fumeurs ne se sentent pas prêts à arrêter de fumer dans les 6 prochains mois
- Des causes multiples :
 - ils ne sont pas prêts
 - ce n'est pas le moment (stress au travail, plaisir de la cigarette...)
 - ils ont déjà essayé et ont échoué, ils n'ont plus confiance en leur capacité à arrêter de fumer
 - ils / elles ont peur de grossir...

Les arrêts temporaires « négociés »

- Voyages aériens, hospitalisations : réduction du risque environnemental.
- Mais : majoration du plaisir, compensation.
- Efficacité de la substitution.
- Pas d'effet démontré sur la santé.
- Effet sur l'évolution de la maturation.

La réduction « volontaire »

- Une réduction efficace devrait être:
 - Suffisamment importante (50% ?)
 - Suffisamment longue.
 - Sans modification du mode de fume.

Réduction sans substitut nicotinique

- Le fumeur décide de réduire volontairement le nombre de cigarettes fumées sans substituts nicotiniques :
 - Des cigarettes très attendues (*lutte permanente*)
 - Des cigarettes fumées plus intensément: les besoins en nicotine doivent être comblés avec moins de cigarettes
 - Shoots puissants
 - Pénétration plus profonde et plus intense de la fumée, et des produits toxiques
 - Dépendance intacte, perte de motivation à l'arrêt

Bénéfices démontrés

- Seuil d'annulation de l'excès de risques ?
- Mais :
 - Fausses notions de « petit fumeur »
 - Relations à la durée de tabagisme (réduction toute la vie)

Bénéfices démontrés

- Réduction du tabagisme passif.
- Réduction des conflits en entreprise.
- Incitations à l'arrêt.

Maintien de la réduction à long terme

- Difficulté égale à celle de l'arrêt.
- Maintien de l'instabilité sans SN.
- Variabilité des facteurs individuels.
- Poursuite de la recherche de l'effet-Bolus et de l'auto-titration.

Réduction et arrêt complet

- 30% de la population de fumeurs souhaitent diminuer (Baromètre Santé)
- 34% de ceux qui ont tenté de s'arrêter ont diminué (contre 9% de ceux qui ne l'ont pas fait).

Réduction et arrêt complet

- Motivation supplémentaire à l'arrêt.
- Doublement de l'effet « conseil minimal ».
- Mais : Maintien des taux de Cotinine urinaire (Fagerström).

Définition de la réduction du risque

**Une diminution de l'ensemble des
cigarettes fumées avec les
substituts
nicotiniques dans le but d'un arrêt
total**

Mode d'emploi

- Le fumeur choisit les cigarettes qu'il fumera et, entre temps, utilise des substituts nicotiniques (gomme ou inhalateur)
 - Moins de cigarettes fumées
 - Des cigarettes fumées « normalement »
 - Nicotémie conservée, avec moins de shoots
 - Moins de fumée inhalée et taux de CO <
 - Réduction globale de l'exposition à la fumée

Résultat à court terme

- Réduction réelle du nombre de cigarettes fumées
- Vraie réduction de la quantité de substances toxiques inhalées avec la fumée
- Un but plus facile à atteindre dans un premier temps par rapport a un arrêt brutal

Mais,

- Les fumeurs n'ont pas idée, spontanément, de réduire en associant cigarettes et substituts nicotiniques
- Interrogés, les 3/4 des fumeurs pensent qu'il y a un danger à utiliser, de façon concomitante, cigarettes et substituts nicotiniques.
- Les mêmes fumeurs ne sont plus que 1/10 à être « plutôt contre » l'utilisation de substituts nicotiniques dans les situations d'abstinence temporaire.

Impact sur la motivation à arrêter de fumer

2 ans, 67% des fumeurs ayant conduit une stratégie de réduction déclarent être plus intéressés par l'arrêt total.

Wennike P, Danielsson T, Landfeldt B, et al. Smoking reduction promote cessation : a placebo-controlled trial of nicotine gum with 2-years follow up. Addiction, 98, 1395-1402

Message de santé publique ?

Oui à condition d'inclure dans ce message :

- Fumer moins de cigarettes/j est peut-être moins dangereux pour la santé.
- Fumer plus longtemps constitue un risque majeur.
- Donc, fumer moins est une étape vers un sevrage complet.

Les autres moyens

- Avertissements sanitaires
- Le prix :
 - 2000 : +5% = 1.4% de diminution des ventes et +3.3% des taxes perçues.
 - Avantages pris par les cigaretteiers dans le cadre européen.
- Snus.
- La cigarette électronique

CONCLUSIONS

- Effets imprévisibles d'une politique associant diminution et arrêt.
- Intérêt dans des circonstances particulières.
- Abandon du monopole d'Etat : secteur peu réglementé.
- Meilleure information du public.

Référence

- <http://lesrapports.ladocumentationfrancaise.fr/BRP/024000149/0000.pdf>