

▶ **Tabac**

**mortel sous
toutes ses formes**



mobile.at-suisse.ch

► Tabac

mortel sous toutes ses formes

Même les produits du tabac sans fumée entraînent une dépendance à la nicotine, des maladies et la mort.

La consommation de tabac sous toutes ses formes est néfaste pour la santé, qu'il soit consommé par combustion, comme pour les cigarettes, ou sans combustion comme pour le tabac à mâcher. Avec les produits du tabac sans fumée, les risques pour la santé sont moins élevés que pour le tabac à fumer, car les voies respiratoires et les poumons ne sont pas directement touchés. Leur consommation entraîne toutefois des risques considérables pour la santé des personnes concernées.

► **Risques pour la santé**

Les feuilles de tabac contiennent plus de 2500 substances chimiques, dont un grand nombre sont cancérigènes. Tous les produits du tabac sans fumée renferment des quantités plus ou moins importantes de nicotine et de substances cancérigènes.

- Avec les produits du tabac sans fumée, la nicotine pénètre dans le sang à travers la muqueuse nasale et buccale un peu moins rapidement qu'avec la cigarette et parvient jusqu'au cerveau grâce aux veines. Le taux de concentration de nicotine est alors tout aussi élevé que si la substance provenait d'une cigarette, mais elle diminue nettement plus lentement. La nicotine augmente la fréquence cardiaque et la pression sanguine, et le système cardiovasculaire est ainsi fortement sollicité.

- Les nitrosamines spécifiques au tabac se constituent en grande partie dès le séchage et le traitement du tabac. Tous les produits du tabac sans fumée en contiennent et ces substances sont hautement cancérigènes. La consommation de ces produits peut entraîner un cancer du pancréas, de la cavité buccale et de l'œsophage.

Tabac à priser

Le tabac à priser est un produit finement moulu. Il est consommé par inhalation et rapidement évacué par mouchage.

- Les muqueuses nasales sont enflammées et les cavités nasales sont encombrées.

Snus

Le snus est aussi un tabac finement moulu. Conditionné en pâte humide avec laquelle on forme des boulettes ou disponible sous forme de petits sachets poreux, le snus est déposé sous la lèvre supérieure ou la lèvre inférieure.

- Ce produit provoque une rétraction de la gencive aux endroits où il est déposé dans la bouche, qui subsiste même après l'arrêt de la consommation de snus.
- Chez les personnes qui consomment du snus, les chances de survie après un infarctus du myocarde sont plus faibles. La consommation de snus augmente donc le risque de décès en cas d'infarctus.

- Les jeunes consommateurs de snus présentent des symptômes de dépendance et de sevrage plus importants que les fumeuses et les fumeurs.
- Chez les femmes enceintes qui consomment du snus, le risque de fausse-couche et d'accouchement prématuré est plus élevé.

Tabac à mâcher

Le tabac à mâcher est fabriqué à partir de tabac et disponible sous forme de rouleaux, de barres, de bandes, de cubes ou de plaques.

- Comme le snus, le tabac à mâcher est surtout néfaste pour la cavité buccale et la gencive.

► **Situation juridique**

En Suisse, le commerce de tabac à priser et à mâcher est autorisé. Par contre, les autres produits du tabac à usage oral tels que le snus ne peuvent être ni importés ni vendus à des fins commerciales. Les prescriptions légales actuelles interdisent tous les produits du tabac de ce type. Seuls les particuliers sont autorisés à se procurer et à consommer ces produits en

petites quantités et pour leur usage personnel. Dans le projet de la nouvelle loi sur les produits du tabac, le Conseil fédéral maintient cette interdiction.

Mis à part le tabac à priser et à mâcher traditionnel et à l'exception de la Suède, la mise en circulation de tabac à usage oral reste également interdite dans l'Union européenne. L'importation de snus – soit un autre produit du tabac qui rend dépendant, nuit à la santé et est attrayant pour les jeunes – doit être interdite dans toute l'UE.

► **Des comparaisons bancales**

En comparaison avec les cigarettes, la consommation de tabac à priser ou à mâcher et de snus comporte moins de risques. Certains de ces produits contiennent moins de nitrosamines spécifiques au tabac que les cigarettes traditionnelles, ce qui peut faire penser à tort qu'ils sont plus ou moins inoffensifs. Toutefois, du point de vue de la promotion de la santé, les consommateurs de produits du tabac sans fumée doivent être comparés avec les non-

► **Arômes**

Les produits du tabac sans fumée contiennent différents additifs et notamment des arômes: vanille, cerise, eucalyptus, lavande, citron et extraits de fruits, clou de girofle, cannelle, feuilles de laurier, anis, genévrier et menthe poivrée ainsi que substances sucrées telles que miel

d'abeille, sirop de maïs, sucre de raisin, caramel et autres. Ces arômes masquent le fort goût de tabac. En proposant des produits fortement aromatisés et très doux, les fabricants incitent les jeunes à commencer de consommer du tabac.

fumeurs plutôt qu'avec les fumeurs de cigarettes. Les dommages pour la santé occasionnés par le tabac à priser ou à mâcher et le snus restent conséquents. En d'autres termes, les produits du tabac sans fumée peuvent également avoir de graves conséquences sur la santé.

► **Ligne stop-tabac 0848 000 181**



De manière générale, les produits du tabac sans fumée contiennent davantage de nicotine que les cigarettes. Une méthode adaptée est par conséquent nécessaire pour les personnes qui souhaitent se défaire de leur forte dépendance à la nicotine. Les conseillères et les conseillers de la ligne stop-tabac sont spécialement formés et connaissent parfaitement les différentes méthodes de désaccoutumance testées scientifiquement. Par ailleurs, lorsqu'ils décident de se sevrer, les consommatrices et les consommateurs de tous

les types de produits du tabac peuvent se faire accompagner par la ligne stop-tabac au cours de plusieurs entretiens téléphoniques. Pour une conversation en allemand, en français et en italien, le numéro de la ligne stop-tabac est le **0848 000 181**. Le service est disponible du lundi au vendredi, de 11 h à 19 h (8 centimes la minute à partir du réseau fixe).

Un numéro spécifique est disponible pour les conversations en **albanais, portugais, romanche, serbe/croate/bosnien, espagnol** et **turc**.

0848 183 183 albanais

0848 184 184 portugais

0848 189 189 romanche

0848 185 185 espagnol

0848 186 186 serbe/croate/bosnien

0848 187 187 turc

Un spécialiste de la ligne stop-tabac vous rappellera dans les 48 heures.