



LES NOUVEAUX PRODUITS DU TABAC ET DE LA NICOTINE

Les nombreuses conséquences sanitaires de la consommation de tabac sont aujourd'hui largement documentées, tout comme les pratiques de son industrie pour recruter et conserver ses consommateurs. Afin de renouveler son image et d'assurer ses profits, l'industrie du tabac s'emploie à développer de nouveaux produits dont les risques sur la santé sont présentés comme « réduits » au moyen d'une communication positive (snus, tabac chauffé, vapoteuse ou sachets de nicotine). Or ces produits restent globalement inducteurs d'une puissante addiction qui permet de fidéliser leurs consommateurs.



Face à la diminution constante des ventes de cigarettes conventionnelles, l'industrie du tabac a développé et introduit en France depuis 2017 un nouveau type de produit : le tabac « chauffé », destiné dans l'esprit des industriels à complètement remplacer à terme les cigarettes.

Il s'agit de mini-cigarettes de tabac imprégnées de propylène glycol qui, insérées dans un dispositif électrique, sont chauffées par une résistance et libèrent un aérosol contenant un mélange de vapeur et de fumée.

QUELS EFFETS SUR LA SANTÉ ?

Même si des études indépendantes attestent d'une quantité de composés toxiques inférieure à celle comprise dans la fumée de cigarettes conventionnelles, on ne peut pas conclure que le tabac chauffé induit moins de risques sur la santé que les produits de tabac classiques¹. En effet, il n'y a pas de relation linéaire entre exposition et risque : une diminution même significative de l'exposition ne se traduit pas par une réduction proportionnelle du risque de développer des problèmes de santé.

Des travaux indépendants de l'industrie du tabac ont également montré que^{2,3} :

- Même s'il n'y a pas de combustion, le chauffage entraîne **une pyrolyse** (le tabac est littéralement « toasté »).
- **Le consommateur inhale** des produits cancérogènes en quantité suffisante pour nuire à la santé.
- Le tabac chauffé entraîne un **potentiel tabagisme passif pour l'entourage**.

Le tabac chauffé, qui **délivre de la nicotine**, est en outre un produit conçu pour **engendrer et entretenir la dépendance**. Les consommateurs doivent en effet inhaler les bouffées sur un temps très court avant l'arrêt automatique du dispositif. Ces bouffées répétées provoquent des pics de nicotine conférant au tabac chauffé un fort potentiel addictif. Il s'agit donc d'un produit d'entrée plutôt que de sortie du tabagisme.

Aucune donnée indépendante sur la prévalence d'utilisation du tabac chauffé n'est disponible. Sa diffusion reste encore marginale en France, mais cette pratique est à surveiller, car il existe un marketing et un lobbying intense de la part de l'industrie pour promouvoir ce produit.

1. Dusautoir R, Zarcone G, Verrielle M, Garçon G, Fronval I, Beauval N, Allorge D, Riffault V, Locoge N, Lo-Guidice JM, Anthérieu S. Comparison of the chemical composition of aerosols from heated tobacco products, electronic cigarettes and tobacco cigarettes and their toxic impacts on the human bronchial epithelial BEAS-2B cells. J Hazard Mater. 2021 Jan 5;401:123417. doi: 10.1016/j.jhazmat.2020.123417. Epub 2020 Jul 7. PMID: 32763707. / 2. Bekki K, Inaba Y, Uchiyama S, Kunugita N. Comparison of Chemicals in Mainstream Smoke in Heat-not-burn Tobacco and Combustion Cigarettes. J UOEH. 2017;39(3):201-207. doi: 10.7888/juoeh.39.201. PMID: 28904270. / 3. Auer R, Concha-Lozano N, Jacot-Sadowski I, Cornuz J, Berthet A. Heat-Not-Burn Tobacco Cigarettes: Smoke by Any Other Name. JAMA Intern Med. 2017;177(7):1050-1052. doi:10.1001/jamainternmed.2017.1419 / 4. Site PMI consulté le 28 juin 2022 : estimate as of march 31,2022 based on the following PMI methodology. <https://www.Pmi.Com/smoke-free-products>



Le snus est un produit du tabac se présentant sous la forme d'une pâte humide constituée de tabac finement coupé et contenue dans un petit sachet que l'on glisse entre la gencive et la lèvre supérieure, l'absorption de la nicotine se faisant au travers de la muqueuse buccale. Sa commercialisation est officiellement interdite en Europe, sauf en Suède ou en Suisse. Il s'est néanmoins répandu dans d'autres pays nordiques et dans le monde, y compris en France.

QUELS EFFETS SUR LA SANTÉ ?

Il s'agit d'un produit hautement addictif. Un sachet de snus équivaut à trois cigarettes en absorption de nicotine. La consommation d'une boîte de snus par jour équivaut à la quantité de nicotine de 75 cigarettes soit plus de 3 paquets¹. Il induit une **dépendance nicotinique plus forte que la cigarette²**.

S'il n'y a pas de risque de cancer du poumon avec ce produit, **il est loin d'être anodin.** Dans un pays où le snus est largement consommé comme la Norvège, le National Institute of Public Health a identifié plusieurs **conséquences de la consommation de snus³** :

- Accroissement du risque de cancer du pancréas et de l'œsophage.
- Possibilité d'augmentation du risque du cancer de l'estomac.
- Augmentation de la tension artérielle et de la létalité après infarctus et AVC.
- Survenue de diabète de type 2 chez les gros consommateurs.
- Risque de naissance prématurée en cas de consommation pendant la grossesse.

Il n'y a pas de données précises récentes sur la prévalence de son utilisation en France en population générale. L'ACT a néanmoins mené en septembre 2023 une enquête auprès d'un échantillon national représentatif de 1 000 adolescents âgés de 13 à 16 ans⁴. Ils sont 18 % à avoir déjà entendu parler de ce produit. Bien que sa commercialisation soit interdite en Europe (outre la Suède et la Norvège) 7 % des jeunes interrogés connaissant le produit déclarent avoir essayé le snus. Il convient donc de rester vigilant sur ce « **produit du tabac** » sur lequel l'industrie compte pour renouveler son image et optimiser ses profits.



1. Arvers P, Mathern G, Dautzenberg B. Les anciens et nouveaux produits du tabac. Revue de Pneumologie Clinique. 1 juin 2018;74(3):145-53. / 2. Post A, Gilljam H, Rosendahl I, Bremberg S, Galanti MR. Symptoms of nicotine dependence in a cohort of Swedish youths: a comparison between smokers, smokeless tobacco users and dual tobacco users. Addiction. 2010 Apr;105(4):740-6. doi: 10.1111/j.1360-0443.2009.02852.x. Epub 2010 Feb 9. PMID: 20148785. / 3. Health risks from snus use [Internet]. Norwegian Institute of Public Health. Disponible sur: <https://www.fhi.no/en/publ/2019/health-risks-from-snus-use2/> / 4. 15 % des ados ont déjà utilisé la Puff. L'urgence d'interdire ce produit. [Internet]. Alliance Contre le Tabac. 2023. Disponible sur: <https://alliancecontreletabac.org/2023/11/14/perception-et-usages-de-la-puff-chez-les-13-16-ans/>

LA CHICHA



L'usage de la chicha concerne quotidiennement plus de 100 millions de personnes dans le monde selon une estimation de l'Organisation Mondiale de la Santé¹. La chicha, également appelée narghilé, est « une pipe à eau ». Elle permet de fumer une préparation de tabac aromatisée ou non. Le tabac brûlé par des braises de charbon produit une fumée qui est refroidie avant inhalation en passant à travers de l'eau.

Son utilisation s'est répandue depuis une quinzaine d'années parmi les jeunes adultes et les adolescents, parmi lesquels elle a une image plus positive que la cigarette². Chez les élèves de 3^{ème}, même si elle a tendance à diminuer, l'expérimentation de la chicha était encore de 20% en 2021.³

QUELS EFFETS SUR LA SANTÉ ?

La fumée de chicha ne contient pas un nombre plus important de substances toxiques que la fumée de cigarette, mais une séance de chicha fait inhaler un volume très important de fumée équivalant à environ deux paquets de cigarettes⁴. De plus, cette fumée contient beaucoup plus de monoxyde de carbone (CO), pouvant conduire à des cas d'intoxication aiguë au CO chez des primo-utilisateurs.

Comme la cigarette, elle comporte un double risque de **toxicité** et de **dépendance**⁵ :

- L'usage de la chicha constitue un **risque sanitaire sérieux** aussi bien pour le **fumeur actif** que pour les autres personnes exposées à un **tabagisme passif**.
- Le tabac adouci et aromatisé utilisé dans la chicha peut constituer une **porte d'entrée dans le tabagisme** particulièrement chez les jeunes.

Il n'y a pas de données précises récentes sur la prévalence de son utilisation en France en population générale. Il importe de continuer à faire des **campagnes d'information auprès de jeunes** qui, pour la majorité d'entre eux, séduits par son aspect convivial et ludique, méconnaissent totalement la toxicité de ce produit ou son risque d'induction d'une dépendance et d'une entrée en tabagisme.

1. Asfar T, Ward KD, Eissenberg T, Maziak W: Comparison of patterns of use, beliefs, and attitudes related to waterpipe between beginning and established smokers. BMC Public Health 2005, 5 (1): 1-9. / 2. Obradovic I. Attitudes, Représentations, Aspirations et Motivations lors de l'Initiation aux Substances psychoactives. Enquête ARAMIS. Paris, OFDT, 2019, 55 p / 3. Spilka S et al. OFDT, Enquête EnCLASS : Usages d'alcool, de tabac et de cannabis chez les élèves de 3e en 2021 – Tendances 148 - décembre 2021 / 4. Bertrand Dautzenberg and al., Enquête sur le mode de consommation de la chicha en 2007 en France, BEH, 29 mai 2007. / 5. Rigaud A, Basset B, Lecas F. La chicha : culture, petit commerce et addiction. Association Addictions France; 2017.

LES SACHETS DE NICOTINE



Les sachets de nicotine, aussi appelés « nicopouches », sont des sachets en fibre de cellulose, ne contenant pas de tabac mais uniquement de la poudre de nicotine et qui s'utilisent comme le snus en les plaçant entre la joue et la gencive, la nicotine étant absorbée par la muqueuse buccale.

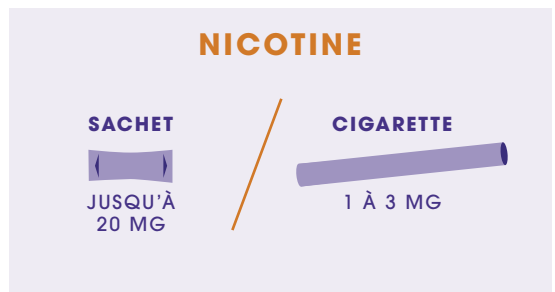
Proposés avec un large éventail d'arômes sucrés, mentholés ou fruités, les sachets de nicotine ciblent manifestement les jeunes, d'autant qu'ils sont vendus moins chers que les cigarettes (entre 7 et 9 euros). Ils sont donc également susceptibles d'attirer les non-fumeurs.

Dans l'enquête réalisée en septembre 2023 par l'ACT, 19 % des 13/16 ans disaient déjà avoir entendu parler de sachets de nicotine tels que Nicopouches ou LYFT (19 %). Parmi ceux connaissant ces produits, près de 1 jeune sur 10 a déjà expérimenté les sachets de nicotine (9 %)¹.

QUELS EFFETS SUR LA SANTÉ ?

Leur teneur en nicotine en fait des produits pouvant induire rapidement une dépendance. Leur marketing intensif sur les réseaux sociaux et leur vente sur Internet ne font l'objet d'aucune réglementation spécifique dans l'immédiat, en l'absence de classification, d'aucune réglementation spécifique en France et dans l'Union européenne.

Ces sachets peuvent contenir jusqu'à 20 mg de nicotine selon certaines marques de sachets de nicotine contre 1 à 3 mg pour une cigarette classique. Ils présentent donc un fort risque de dépendance surtout auprès des plus jeunes. Ces produits sont présentés comme à « risques réduits » en l'absence de tabac et de combustion et sont vantés par les fabricants comme une solution pour sortir du tabac, alors qu'aucune étude n'a été faite pour prouver cela.



LA CIGARETTE ÉLECTRONIQUE RECHARGEABLE OU VAPOTEUSE



La vapoteuse comprend une batterie apportant l'énergie nécessaire à chauffer une résistance qui va permettre la production d'un aérosol à partir du liquide contenu dans la vapoteuse. Les liquides sont composés d'un solvant organique (propylène glycol et/ou de la glycérine végétale), d'arômes et dans la majorité des cas de nicotine avec une concentration maximale de 20 mg/ml. C'est l'aspiration par l'utilisateur qui déclenche la production de l'aérosol inhalé.

En 2021, 38,7 % des adultes déclaraient avoir déjà expérimenté la vapoteuse, en hausse par rapport à 2020 (37,4 %), 6,7 % l'utilisaient actuellement et 5,0 % de façon quotidienne, un pourcentage en hausse par rapport à 2020¹.

La vapoteuse est un **outil de sevrage « possible »** lorsqu'elle est utilisée de façon optimale (choix du fumeur, dosage nicotine ajusté puis réduit progressivement, accompagnement par un professionnel de santé). Elle reste un produit de consommation courante, et à ce titre, **ne relève pas de la prescription médicale**. Cela étant, plusieurs analyses du Baromètre Santé de Santé Publique France ont montré que pour les fumeurs adultes recourant à une aide pour arrêter de fumer, la vapoteuse **fait partie des aides les plus fréquemment utilisées**².

Il convient de noter une hausse inquiétante de l'expérimentation de la cigarette électronique chez les jeunes y compris les mineurs. Mesuré dans l'enquête ESCAPAD de l'OFDT depuis 2014, l'usage de la cigarette électronique à 17 ans est en effet en très nette progression entre 2017 et 2022. L'expérimentation est ainsi passée de 52,4 % à 56,9 % et l'usage quotidien a triplé, progressant de 1,9 % à 6,2 %. Ainsi, pour la première fois, les niveaux d'expérimentation, d'usage au cours du mois et d'usage quotidien de la cigarette électronique dépassent ceux des cigarettes de tabac³.

Comme cela est rappelé dans le communiqué de presse présentant les résultats de l'étude : « ces données ne

permettent pas de dire que la cigarette électronique aurait contribué au recul du tabagisme chez les adolescents qui s'est amorcé il y a plus d'une décennie. Sa forte progression actuelle, notamment chez les filles, pourrait davantage résulter d'un marketing ciblé qu'il conviendrait d'analyser plus précisément ».

Il est essentiel de souligner qu'il n'est pas recommandé de faire un usage combiné d'une cigarette électronique et d'un produit du tabac. En effet, le maintien de la consommation de cigarettes, même en faible nombre, n'entraîne aucune réduction des risques, car il n'y a pas une relation proportionnelle entre l'exposition et le risque. Or, seulement la moitié des vapoteurs sont exclusivement vapoteurs¹.

L'absence de données sur les **éventuels impacts sur la santé de la vapoteuse utilisée sur le long terme**, incite à conseiller fortement de **sortir de la vape dès que possible**, dès que le sevrage du tabac paraît suffisamment assuré.

Par ailleurs, il convient de souligner que **l'information selon laquelle la cigarette électronique serait 95 % moins dangereuse que les produits du tabac n'est pas une information fiable**. En effet, comme l'a rappelé la revue The Lancet en 2015, l'étude dont le chiffre a été tiré s'appuie sur des travaux dont les auteurs eux-mêmes reconnaissent la faiblesse méthodologique et qui souffrent de plusieurs conflits d'intérêts⁴.

1. Pasquereau A, Andler R, Guignard R, Gautier A, Soullier N, Richard JB, et al. Prévalence nationale et régionale du tabagisme en France en 2021 parmi les 18-75 ans, d'après le Baromètre de Santé publique France. Bull Épidémiol Hebd. 2022;(26):470-80. http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2022/26/2022_26_1.htm / 2. Guignard R et al. Tentatives d'arrêt du tabac, aides utilisées et maintien de l'abstinence tabagique : une analyse rétrospective des données du Baromètre de Santé publique France 2017 Bull Épidémiol Hebd. 2021;(1):2-11 / 3. OFDT, Les drogues à 17 ans - Analyse de l'enquête ESCAPAD 2022. Tendances, mars 2023;(n°155) / 4. Lancet T. E-cigarettes: Public Health England's evidence-based confusion. The Lancet. 29 août 2015;386(9996):829.

LA CIGARETTE ÉLECTRONIQUE JETABLE DE TYPE « PUFF »



La Puff est une mini-vapoteuse jetable, proposant une grande variété d'arômes sucrés et fruités, avec un packaging particulièrement attractif pour les plus jeunes. La teneur en nicotine du liquide est variable et chaque Puff peut diffuser jusqu'à 5 000 bouffées. Certains modèles vendus sur Internet contiennent des taux de nicotine pouvant dépasser le maximum légal de 20 mg/ml. Les « Puffs » sont vendues chez les buralistes, dans certaines grandes surfaces ou sur Internet, et leur prix varie de 8 à 12 euros pour 500 à 600 bouffées, soit l'équivalent de deux paquets en termes de bouffées pour un prix inférieur à celui d'un paquet de cigarettes. En septembre 2023, une enquête réalisée par l'ACT auprès de 1000 adolescents de 13 à 16 ans montrait que malgré les nombreuses voix qui se sont élevées contre ce produit, 15 % des ados l'ont déjà utilisé et parmi eux, 47 % ont commencé leur initiation à la nicotine à travers ce dispositif (contre 28 % en 2023, soit +19pts).¹

QUELS EFFETS SUR LA SANTÉ ?

Composée de sels de nicotine, la Puff augmente les risques de développer une inflammation des voies respiratoires et impacte les acquisitions cognitives des plus jeunes. Par ailleurs, le taux de nicotine (jusqu'à 20 mg/ml) est suffisamment élevé pour créer une forte dépendance et constituer une porte d'entrée vers le tabagisme. Dans un récent rapport, le Haut Conseil de Santé Publique affirmait que plus on est exposé tôt à la nicotine, plus on risque de développer une réelle dépendance et de vouloir passer à la cigarette².

La rapide diffusion de la Puff chez les adolescents en France laisse craindre une épidémie d'addiction à la nicotine et pose à nouveau la question du respect de l'interdiction de vente aux mineurs. La nicotine contenue dans certaines Puffs est un élément préoccupant car

le cerveau des adolescents y est particulièrement vulnérable et une addiction peut s'installer en seulement quelques semaines d'utilisation. Ces vapoteuses jetables posent par ailleurs d'importants problèmes écologiques car composées de plastique et d'une batterie, leur usage unique génère une quantité importante de polluants persistants³.

L'Assemblée nationale a adopté en première lecture à l'unanimité, lundi 4 décembre 2023 ainsi qu'au Sénat le 7 février 2024 une proposition de loi visant à interdire les cigarettes électroniques « à usage unique ou jetables ». Ce texte devra également être approuvé par la Commission européenne à l'issue d'une procédure de notification du texte en cours.

1. 15 % des ados ont déjà utilisé la puff. L'urgence d'interdire ce produit. [Internet]. Alliance Contre le Tabac. 2023. Disponible sur : <https://alliancecontretabac.org/2023/11/14/perception-et-usages-de-la-puff-chez-les-13-16-ans/> / 2. HCSP. Avis relatif aux bénéfices-risques de la cigarette électronique [Internet]. Rapport de l'HCSP. Paris: Haut Conseil de la Santé Publique; 2021 nov [cité 15 sept 2023]. Disponible sur : <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=1138> / 3. Voir à ce titre la campagne de l'ACT sur l'impact environnemental de ces produits : <https://alliancecontretabac.org/2023/06/22/tabacetenvironnement/>

QUE PENSER DE LA RÉDUCTION DES RISQUES DANS CE DOMAINE ?

La réduction des risques est fondée sur l'observation de bénéfices sanitaires quantifiables chez l'utilisateur de drogue qui poursuit sa consommation tout en cherchant à en minimiser les dommages.

Dès le début des années 50, plusieurs études ont permis d'établir un lien de causalité entre le tabagisme et certains cancers. Pour contrecarrer l'impact de ces études, l'industrie du tabac a alors développé une stratégie mettant en avant une supposée réduction des risques en faisant la promotion des filtres dans les années 60, ou encore des cigarettes « slim » ou « light » dans les années 70. En réalité, ces alternatives n'ont absolument pas réduit les risques liés au tabagisme. Au contraire, au-delà de leur inefficacité, ces artifices ont permis à l'industrie du tabac de retarder l'adoption de mesures efficaces de lutte contre le tabagisme et de développer leurs profits.

Contrairement aux idées reçues, une faible consommation de tabac n'induit pas des risques plus faibles pour la santé : seul un arrêt complet est bénéfique. Une

moindre consommation de produits du tabac entraîne souvent un effet de compensation, le fumeur inhalant plus profondément la fumée pour obtenir autant de nicotine avec moins de cigarettes. Par ailleurs, il suffit d'une très faible exposition (y compris via le tabagisme passif) pour provoquer des pathologies liées au tabac, les mécanismes en cause y étant très sensibles et étant activés même pour une faible exposition.

La promotion d'une réduction des risques par la commercialisation des « nouveaux produits du tabac » est donc un nouveau leurre, sans bénéfice pour le consommateur, et permet uniquement à cette industrie de maintenir ses profits.

Il en est de même pour les nouveaux produits de la nicotine qui ciblent plus particulièrement les jeunes et les mineurs. Sur le plan de la santé mentale, ils présentent certains risques d'ores et déjà démontrés, il convient donc de rester particulièrement prudent face à la mise sur le marché de ces nouveaux produits.

LIENS ENTRE NICOTINE ET SANTÉ MENTALE

- La nicotine peut aggraver les symptômes d'anxiété¹ et amplifier les sentiments de dépression².
- Les utilisateurs actuels d'e-cigarettes ont deux fois plus de chances d'avoir un diagnostic de dépression que ceux qui n'ont jamais vapoté³.
- L'utilisation de l'e-cigarette à l'âge adulte est également associée à des troubles cognitifs (difficultés à se concentrer, à se souvenir ou à prendre des décisions) presque deux fois plus souvent que chez les personnes qui n'ont jamais utilisé d'e-cigarette⁴.

1. Kutlu MG, Gould TJ. Nicotine modulation of fear memories and anxiety: Implications for learning and anxiety disorders. *Biochemical Published Online First*: 2015/08/02] / 2. Lechner WV, Janssen T, Kahler CW, et al. Bi-directional associations of electronic and combustible cigarette use onset patterns with depressive symptoms in adolescents. *Preventive Medicine* 2017;96:73-78. / 3. Obisesan OH, Mirbolouk M, Osei AD, et al. Association between e-cigarette use and depression in the behavioral risk factor surveillance system, 2016-2017. *JAMA Network Open* 2019;2(12):ew1916800-e00. / 4. Pew Research Center, "Most U.S. Teens See Anxiety and Depression as a Major Problem Among Their Peers." February 2019.



L'ACT-Alliance contre le tabac est un collectif d'associations reconnu d'intérêt général, loi 1901, engagé au service de la santé publique. Depuis l'entrée en vigueur de la Loi Evin en 1991, l'ACT œuvre depuis plus de trente ans pour défendre le bien-être de tous face aux intérêts de l'industrie du tabac.

En tant que porte-parole de ses associations membres, l'ACT se fait le devoir d'éclairer par les faits les manipulations de cette industrie et de peser sur le débat public pour un avenir plus durable. Sa détermination dans la lutte contre le tabac a permis de franchir des étapes décisives en matière de santé publique en France. C'est à travers des campagnes d'information et de plaidoyer que l'ACT poursuit son combat contre des fabricants redoublant d'efforts pour normaliser la consommation, sous différentes formes, de ses produits addictifs.

Par son action fédératrice, l'ACT mobilise collectivement décideurs, acteurs de santé publique, de l'environnement, des droits humains, de la finance, ainsi que les médias pour voir émerger en 2032 la première génération en France libérée des méfaits du tabac et de son industrie.