n°15

La Chronique du Dr Mesny

LE BULLETIN SANTÉ DE L'ASSOCIATION DNF

Le tabac mortel sous toutes ses formes: Le point sur les produits

Sommaire

Tabac à rouler: moins cher mais plus toxique

Le leurre des cigarettes légères

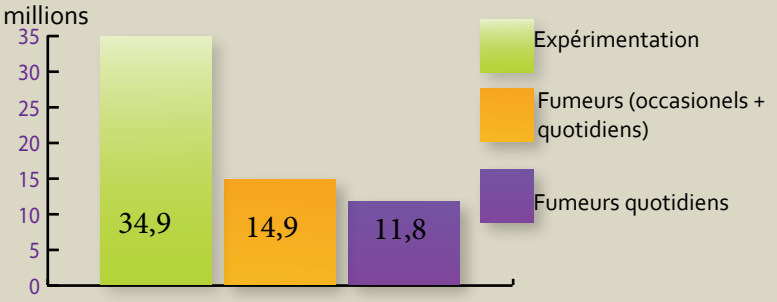
Bisdis et Kreteks, le piège de l'exotisme

La contrebande, des réseaux mafieux

Société et santé

En population générale adulte, l'expérimentation du tabac (en avoir fumé au moins une fois au cours de sa vie) concerne 81,4 % des hommes et 67,4 % des femmes.
Parmi les 15-85 ans, environ un tiers des individus se déclarent actuellement fumeurs de tabac, soit 26,9 % de fumeurs quotidiens et 4,7 % de fumeurs occasionnels. Les hommes sont plus souvent fumeurs de tabac que les femmes (35,5 % vs 27,9 %). La proportion d'usagers actuels de tabac diminue fortement avec l'âge à partir de 30 ans, et en particulier après 50 ans. La consommation quotidienne - qui s'amenuise nettement avec l'âge - touche pour sa part 30,3 % des hommes et 23,8 % des femmes. (source OFDT 2011)

Répartition consommation de tabac en France 2010
source OFDT



Le tabac mortel sous toutes ses formes

La cigarette manufacturée est le principal mode de consommation du tabac : en France, en 2011, elle a représenté 84% des ventes, soit 54 000 tonnes de cigarettes.

Les modes de consommation évoluent: le tabac à rouler, moins cher, gagne des parts de marché, les offres de papier à rouler se multiplient, le cigare reste stable, la pipe se fume moins depuis des dizaines d'années.
Pour conserver leurs bénéfices dans les pays développés où les messages de prévention et la législation menacent leurs intérêts, les industriels diversifient leurs produits : cigarettes dites « légères », additifs de saveur, tabac à chiquer, à priser, à sucer....

Si les cigarettes plus exotiques comme les bidis trouvent peu de place sur le marché français, le narguilé a de plus en plus d'adeptes, la contrebande et la contrefaçon gagnent du terrain, offrant aux réseaux mafieux de substantiels profits.
Devant la diversité des présentations du tabac et la faible connaissance de leurs dangers par le public, l'OMS avait choisi en 2006 pour thème de la Journée mondiale sans Tabac :
« Le tabac mortel sous toutes ses formes ».

En effet, quelque soit le type de tabac, fumé ou sans fumée, les risques sanitaires sont identiques et la consommation engendre la dépendance.

Témoignage

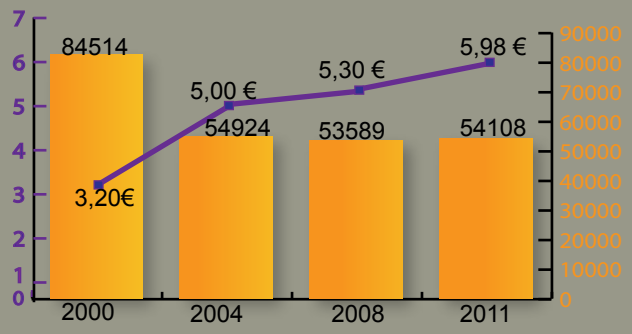
Je voulais juste savoir si le tabac brun est plus nocif que le blond naturel ?

Réponse DNF :
La fumée naturelle de tabac est irritante au goût et à l'odorat, elle pique. Pour pallier cet inconvénient, les fabricants de cigarettes ont introduit des additifs de toutes sortes. Que la cigarette soit blonde ou brune, vous pouvez donc être agressée soit par l'additif soit par son absence.
D'autres raisons ont incité les fabricants de cigarettes à rajouter des produits pour entraîner une plus grande dépendance (c'est le cas de l'ammoniac qui augmente l'addiction en jouant sur le PH). Il existe même des plants transgéniques, en principe interdits à la vente, dont le taux en nicotine est le double de celui du tabac naturel. La fumée de tabac comporte jusqu'à 4.000 composants parmi lesquels plusieurs centaines sont plus ou moins toxiques ou cancérigènes

L'évolution des prix influence fortement celle des ventes de cigarettes. Lorsque les prix sont stables (2005-2006), les achats tendent à augenter et lorsqu'ils sont en hausse, les ventes suivent la tendance inverse.
Cependant, les deux augmentation de 6% de 2009 et 2010 n'avaient pas eu l'effet escompté. En revanche, celle d'octobre 2011 semble avoir eu une effet sur les ventes. Il est encore difficile de dire si c'est le résultat d'une baisse du nombre de fumeurs ou d'une augmentation des achats hors réseau.

(source OFDT 2011)

Vente de cigarettes (en millions) et prix annuel moyen des cigarettes de la classe la plus vendue



Cigarettes légères : un leurre de l'industrie

Elles ont été créées à la fin des années 60, à une époque où l'industrie voulait se donner un profil respectable en jouant sur le sécuritaire. Les clients avaient l'impression de fumer des cigarettes moins nocives ou les choisissaient en première étape d'un sevrage.

En réalité, le tabac est le même, la différence tient dans le filtre. Celui-ci est perforé de minuscules trous permettant de diluer la fumée inhalée en laissant pénétrer plus d'air. Analysés par la machine à fumer, les taux de nicotine et de goudrons semblent réduits par rapport aux cigarettes classiques (la machine à fumer prend des bouffées de 35 ml pendant 2 secondes toutes les minutes. Un fumeur dépendant prend en moyenne 50 à 70 ml par bouffée).
Réduire le diamètre des cigarettes (slims) ou diminuer la densité du tabac en modifiant sa texture, aboutit à un résultat semblable.

Les cigarettes légères ont été classées selon le taux de goudrons obtenu par la machine à fumer en extra-légères (moins de 3 mg de goudrons), super légères (3 à 6 mg) et légères (7 à 10 mg) , 10 mg étant la limite supérieure à ne pas dépasser pour se conformer aux normes européennes, adoptées en France.
Cependant le fumeur de cigarettes « normales » qui est habitué à avoir un certain taux de nicotine dans son sang modifie sa façon de fumer pour le conserver en bouchant les trous avec les doigts ou les lèvres et en prenant des bouffées plus profondes pour compenser le manque. D'autre part la fumée des cigarettes « légères » étant plus douce, il a tendance à l'inhaler plus longuement. Enfin certains fumeurs très dépendants enlèvent le filtre et trouvent de ce fait à leur cigarette un goût fort, plus conforme à leurs besoins.

Ce phénomène de compensation a été rapidement détecté et des procès ont été entrepris et gagnés aux Etats-Unis contre les fabricants de cigarettes « légères ». En effet, une analyse des documents de l'industrie par le National Cancer Institute faite en 2001, a montré que les fabricants savaient que les mesures faites par les machines à fumer sous-estimaient grandement le taux de nicotine et de goudrons (cité par www.tobaccofreecenter.org).
L'Union européenne a interdit la mention « légère » sur les paquets en 2003, mais les industriels ont trouvé la parade en changeant la couleur des paquets par rapport à celle de référence de la marque ou en qualifiant de douces leurs cigarettes.

Le bien fondé de l'utilisation des cigarettes légères en vue d'un sevrage tabagique ultérieur a été battu en brèche par l'article d'Hilary Tindle de l'université de Pittsburg qui a analysé les réponses à une enquête menée par le bureau américain du recensement pour le Centre national des statistiques de santé. 37% des 12 285 fumeurs de l'enquête (sur 32 374 intérrogés) étaient consommateurs de cigarettes légères. Il s'est avéré qu'ils réduisaient leurs chances de réussir un sevrage de 54% par rapport aux consommateurs de cigarettes classiques (Am J Public Health, Août 2006). Là encore, ce risque était connu des fabricants : Imperial Tobacco dans ses documents internes disait : « Nous avons en notre possession des preuves de la quasi absence d'arrêt du tabac chez les personnes qui fument ces marques ... le lancement de cigarettes à teneur ultra faible en goudrons a en réalité permis de retenir certains fumeurs potentiels sur le marché des cigarettes en leur offrant une alternative viable » (cité par www .tobaccofreee.org).

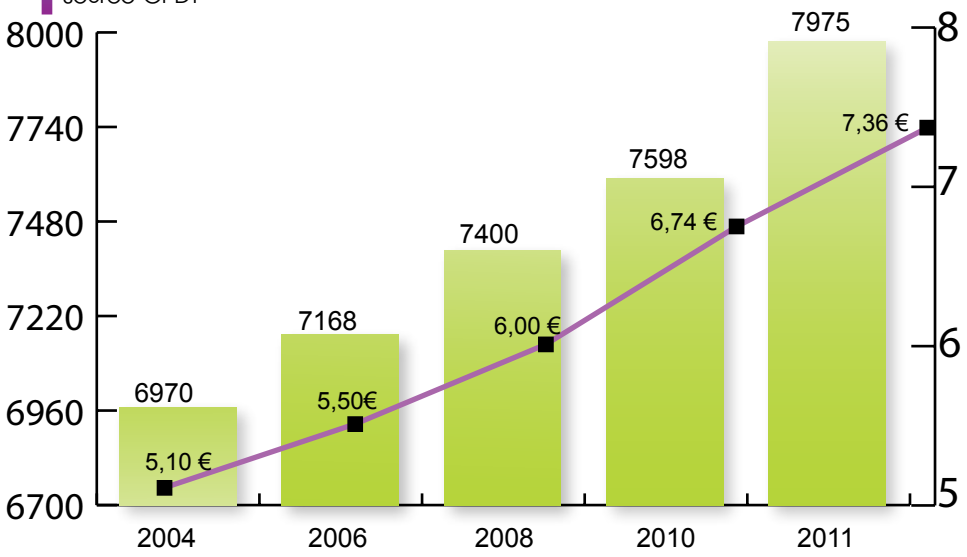
En 2011, le marché des légères représentait toujours 26,6 % des ventes de blondes en France. Ce qui peut s'expliquer par le fait qu'elles semblent moins irritantes et de meilleur goût pour le tiers de fumeurs interrogés. Les femmes sont les plus fidèles consommatrices de ces produits.

Il est donc utile d'informer le public du fait que la toxicité de ces cigarettes dites « légères » est identique à celle des cigarettes " normales " et qu'elles sont inefficaces pour arrêter de fumer. Une évolution en ce sens se dessine, puisque 5,5 % seulement des personnes déclarant fumer des cigarettes «légères» pensent aujourd'hui qu'elles sont moins dangereuses pour la santé que les autres (Baromètre santé 2010, cité dans la Lettre DNF du 15/06/2012).

Tabac à rouler : moins cher mais plus toxique

En 2011, les ventes de tabac à rouler ont atteint le chiffre de 8 000 tonnes, ce qui représente 12,5 % du total des ventes de produits du tabac, alors qu'elles avaient stagné en 2009 du fait d'une augmentation des prix.

Ventes annuelles de tabac à rouler (en tonnes) et prix annuel moyen du paquet de tabac à rouler de la classe la plus vendue
source OFDT



Ce tabac est préféré des jeunes en raison de son coût plus bas. En effet, les taxes qui lui sont appliquées sont moins importantes que pour les cigarettes manufacturées. Le prix moyen, papier compris, se situe environ à 4,10€ pour 20 cigarettes roulées et 6,00€ pour 20 cigarettes manufacturées (G. Audureau, DNF).

Le même engouement s'observe dans tous les pays développés : au Royaume Uni, 28,4% des fumeurs consomment des cigarettes roulées, dites RYO (Roll your own tobacco), dont la moitié ou les trois quart relèveraient de ventes illégales.

Le profil du fumeur de roulées est différent de celui des cigarettes normales : il s'agit d'un homme jeune, dont les revenus sont bas, peu motivé au sevrage. Il a plaisir à rouler sa cigarette et considère ce geste comme une forme d'art.

Son niveau d'éducation serait bas, cependant c'est une façon de fumer très prisée des étudiants.

Les raisons de fumer des cigarettes roulées, en dehors des motifs économiques relèvent de mythes qui perdurent : le tabac à rouler serait plus biologique, contenant moins d'additifs, il serait moins addictif et le sevrage serait plus facile. Tout ceci est faux.

Le tabac à rouler est plus toxique : à poids inférieur, il contient 2 fois plus de goudrons (jusqu'à 17 mg si le papier est épais) , plus de nicotine (1,2 à 1,7 mg) et de CO, selon la machine à fumer.

Le tabac est moins tassé, il brûle mal, les cigarettes roulées s'éteignent plus facilement, mais la combustion se fait à une température plus élevée, engendrant une fumée plus toxique. Peu de fumeurs utilisent un filtre qui pourtant diminuerait le rendement en nicotine et en goudrons.

Le rôle du papier est important : grammage, porosité, additifs, matériaux de composition (cellulose, fibres de lin, de riz, de chanvre) vont influer sur la combustibilité et la toxicité. Le papier à rouler est proposé en carnet, en rouleaux, en petits et grands formats, avec ou sans gomme, et en tubes déjà préparés. Les paquets ne comportent pas d'avertissements sanitaires. Une opinion très répandue sur internet, mais non prouvée scientifiquement, est que les additifs du papier augmenteraient la dépendance.

La façon de fumer une cigarette roulée est différente : inhalation plus profonde et plus longue, plus de bouffées (M Epton et coll., BMC Public Health, Sept 2009). Et comme la toxicité dépend de la façon de fumer et de la façon de rouler son tabac, au minimum le fumeur inhale 2 fois plus de goudrons, de nicotine et de CO, qu'avec les cigarettes manufacturées et plus encore, si le tabac est issu de la contrefaçon. Les doses de plomb, d'arsenic et de cadmium y sont alors particulièrement élevées.

Les conséquences sur la santé sont semblables à celles des cigarettes classiques. Cependant, les fumeurs de tabac à rouler sont exposés à des concentrations d' oxydants, de radicaux libres et de carcinogènes provoquant un stress oxydatif plus élevé qu'avec les cigarettes manufacturées (A. Kocyigit, Mutation Research, Avril 2011). On trouve dans les urines et la salive du fumeur plus de dérivés d'hydrocarbures aromatiques polycycliques, qui provoquent des cancers du poumon comme pour tout tabac fumé.

Des mesures pourraient diminuer la consommation de tabac à rouler : l'harmonisation européenne des taxes avec celles des cigarettes manufacturées, la suppression de la contrebande parfois organisée par les fabricants eux-mêmes. Pour diminuer la toxicité, on préconise la diminution des taux de goudrons, nicotine et CO autorisés, l'incitation à utiliser un filtre, la suppression des additifs de saveur, la mention sur les paquets de la dangerosité importante de ces tabacs, identique, voire supérieure à celle des cigarettes manufacturées.

Bidis, kreteks : le piège de l'exotisme ?

Les bidis (beedies) :
La « cigarette du pauvre » est une petite cigarette indienne, courte et fine contenant 0,25 g de tabac haché de basse qualité, des déchets de la poussière de tabac, mélangés à des aromes et des épices , roulée à la main dans une feuille épaisse de plaqueminier et maintenue par un fil de coton.
Elles coûtent moins cher que les cigarettes classiques et sont très populaires chez les adolescents aux Etats-Unis grâce à leurs arômes de fraise, vanille, réglisse, chocolat, cannelle, raisin...

Consommées majoritairement en Asie du Sud Est et aux Indes, les bidis représentaient 5% des ventes de tabac dans le monde en 1997 selon l'OMS. Leur vente est illégale en France.
Elles sont souvent utilisées pour le sevrage dans l'idée qu'elles sont moins dangereuses du fait de leur petite taille et des plantes qu'elles contiennent. Les paquets ne comportent pas d'avertissements sanitaires.
Elles sont pourtant très toxiques. Elles n'ont pas de filtre. Elles contiennent moins de tabac et cependant 2 à 3 fois plus de nicotine .
Leur combustion produit 3 fois plus de CO et 5 fois plus de goudrons qu'une cigarette classique (J of the National Cancer Institute, Nov. 1999).
Le faible diamètre et la mauvaise combustion de la feuille obligent le fumeur à tirer des bouffées plus profondes et plus fréquentes (20 à 30 bouffées pour une bidi).

Par rapport aux non fumeurs, le risque relatif (RR) de cancer de la bouche est multiplié par 3, le RR de maladies coronariennes et d'infarctus du myocarde est de 2,89 (Etude InterHeart , The Lancet , Août 2006).
Par rapport aux consommateurs de cigarettes classiques, le RR de détérioration des fonctions respiratoires est de 1,69 (SK Chabra et coll., Indian J Chest Dis Allied Sci, Jan-Mars 2001) et celui de développer un cancer du poumon de 1,3 à 1,5 fois plus important (R . Prasad et coll., Ann Thorac Med. Oct.-Déc.2010).
Elles sont responsables de cancers du plancher de la bouche, des gencives, de la langue, du larynx, de l'œsophage.
L'Inde détient le record du nombre de cancers de la sphère oropharyngée.
Les travailleurs qui les roulent à la main sont soumis à un risque augmenté de développer des pathologies cancéreuses par inhalation ou passage trans cutané des toxiques (M Rahman, Public Health, Mars 2000).

Les kreteks sont des cigarettes indonésiennes dont le tabac est mélangé avec 30% à 40% de clous de girofle et d'autres additifs. Le clou de girofle contient de l'eugénol, produit antiseptique et analgésique pour les muqueuses, utilisé pour cet effet en dentisterie, mais suspecté d'être carcinogène et toxique pour les poumons. Comme les bidis, les kreteks sont à la mode sur les campus américains. Ils délivrent plus de nicotine et de goudrons que les cigarettes classiques.
On peut citer pour mémoire les cheroots, sortes de cigares fumés par les karens et dont la consommation amènerait autant de CO et de nicotine que 10 cigarettes classiques.

40 ingrédients toxiques de la fumée de tabac
(sur une liste de 93)

	Cancérogène	Toxique respiratoire	Toxique cardiovasculaire	toxique reproduction
Acétaldéhyde (éthanal)	☠	☠		
Acétamide	☠			
Acétone		☠		
Acroleine	☠	☠	♥	
Acrylonitrile	☠	☠		
Amoniac		☠		
Anabasine				
Arsenic	☠			☠
Benz[a]anthracène	☠	☠		
Benzène	☠		♥	☠
Benzo[k]fluorène	☠			
1,3-butadiène	☠	☠		☠
Cadmium	☠	☠		☠
Monoxyde de carbone				☠
Dioxine et furane chlorés				☠
Chromium	☠	☠		
Cobalt	☠		♥	
Ethylbenzène	☠			
Oxyde d'éthylène	☠	☠		☠
Formaldéhyde	☠	☠		
Hydrazine	☠			
cyanure d'hydrogène			♥	☠
Plomb	☠		♥	☠
Mercure	☠			☠
Naphtalène	☠	☠		
Nickel	☠	☠		
Nicotine				☠
Nitrobenzène	☠			☠
Nornicotine				
Phénol	☠	☠	♥	
Polonium 210	☠			
Propionaldéhyde		☠	♥	
Oxyde de propylène		☠		
Quinoline	☠			
Sélénium		☠		
Toluène	☠	☠		☠
Uranium-235	☠	☠		☠
Uranium -238	☠	☠		
Acétate de vinyle	☠	☠		

(source Sciences et Avenir mai 2012)

Cigarettes Mentholées : le pouvoir addictif des additifs ?

200 à 600 additifs, selon les pays, peuvent être utilisés pour modifier les qualités intrinsèques de la feuille de tabac. (Cf. l'excellent dossier de la communauté européenne, campagne HELP, « Addictiveness and Attractiveness of Tobacco Additives »)

Cigarettes aromatisées, cigarettes menthols, un cocktail qui séduit et renforce l'addiction

Ils constituent la « sauce », et vont jouer sur la texture, la couleur et la saveur de la feuille de tabac séché, en faciliter la conservation et la combustion et surtout favoriser l'absorption de la nicotine par le fumeur. Ils représentent de 10 à 20% du poids de la cigarette, 15% pour le tabac mentholé.

Le papier et le filtre contiennent aussi des additifs.

Certains sont extraits de produits naturels, d'autres d'éléments chimiques de synthèse, beaucoup d'arômes sont des hydrocarbures d'origine pétrolière. Parfois utilisés comme additifs alimentaires, mais parfois aussi interdits, ils peuvent devenir addictifs, toxiques, voire cancérogènes quand ils sont portés à très haute température ou se combinent à d'autres produits de la combustion. Les sucres se transforment en aldéhydes (addictives), le glycérol se transforme en acroléine (toxique), la réglisse en dérivés cancérigènes.... On peut aussi citer parmi les additifs des produits surprenants comme le dioxyde de titane, le propylène glycol...

Aux États-Unis, en avril 2012, la FDA suite à la loi de contrôle du tabac de Juin 2009 a contraint les cigarettiers américains à révéler, à partir de 93 composés reconnus nocifs, 20 additifs contenus dans le tabac pour lesquels les méthodes de détection sont reconnues et faciles à appliquer, dont la nicotine, le formaldéhyde, l'ammoniac et le monoxyde de carbone (cité par INPES Santé).
Dans l'Union européenne, tous les fabricants ont l'obligation de publier la liste exhaustive des produits utilisés, de la culture jusqu'au conditionnement.

Pourquoi les additifs :

Ils sont ajoutés par les fabricants pour faciliter l'initiation, puis augmenter la dépendance des consommateurs.

Les édulcorants (sucre, réglisse, propylène glycol) rendent la fumée de cigarettes plus douce, moins irritante, ils limitent l'aversion des premières inhalations chez l'enfant et l'adolescent. L'eucalyptol, la théobromine du cacao, la réglisse ont un effet broncho dilatateur, le menthol développe un léger effet anesthésiant sur les voies respiratoires.

Les composants ammoniaqués, en modifiant le pH de la nicotine dans le tabac, la font passer d'une forme liée à la forme libre qui pénètre plus rapidement au travers des muqueuses buccales et pulmonaires, permettant une augmentation rapide de la concentration cérébrale, donc un renforcement des propriétés addictives. La transformation des sucres du tabac, naturels ou ajoutés, en aldéhydes atténue la dureté apportée par l'ammoniac, mais renforce aussi la dépendance en inhibant les mono amino oxidases (les MAO sont des enzymes qui permettent la dégradation des neuro transmetteurs cérébraux impliqués dans la dépendance au tabac. L'inhibition des MAO augmente l'action de ces neuro transmetteurs).

On voit bien que le but ultime des fabricants est le recrutement et la fidélisation de nouveaux clients. Les cigarettiers doivent recruter 270 000 nouveaux consommateurs tous les

ans en France pour remplacer ceux qui sont décédés ou ont réussi leur sevrage (cf. la campagne Toxic Corp de l'INPES.)

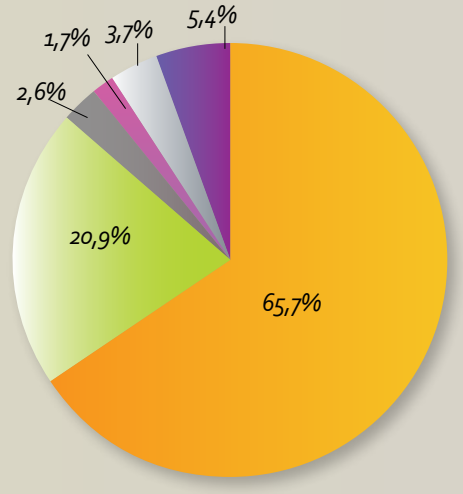
Le menthol n'est pas directement addictif, mais il l'est indirectement.
Produit très volatil, après diverses manipulations pour le stabiliser, il est ajouté dans le tabac, le papier ou dans un petit réservoir en forme de bille, situé dans le filtre. Cet agent de sapidité dont l'arôme est agréable renforce le goût du tabac et masque les odeurs désagréables. Possédant des propriétés anesthésiques locales, il permet d'inhaler plus facilement et profondément la fumée qui est naturellement irritante, donc d'inhaler plus de nicotine et de rendre les consommateurs plus vite dépendants.

Les cigarettes au menthol sont plus dangereuses que les traditionnelles.
D'une part, la fumée pénétrant plus profondément va attaquer les bronches les plus distales, pouvant provoquer des cancers plus tardivement diagnostiqués et plus difficiles à traiter.

D'autre part, un produit plus agréable à fumer attire davantage les jeunes : ceux qui ont moins de 18 ans et ceux qui fument depuis moins d'un an préfèreraient ce produit (J. Rising et coll., Tobacco Induc Dis., Mai 2011).
Enfin plusieurs études américaines ont montré qu'elles rendraient le sevrage plus difficile, en particulier chez les afro-américains et les hispaniques qui en sont les plus gros consommateurs (J. Foulds et coll., Nicotine Tob Res. , Déc. 2010) (CD Delnevo et coll., Am J Prev Med., Oct. 2011).
Bien que certaines de ces conclusions soient discutées (WJ Blot et coll.., J Natl Cancer Inst., Mai 2011) un appel à bannir le menthol des cigarettes a été lancé aux Etats-Unis.

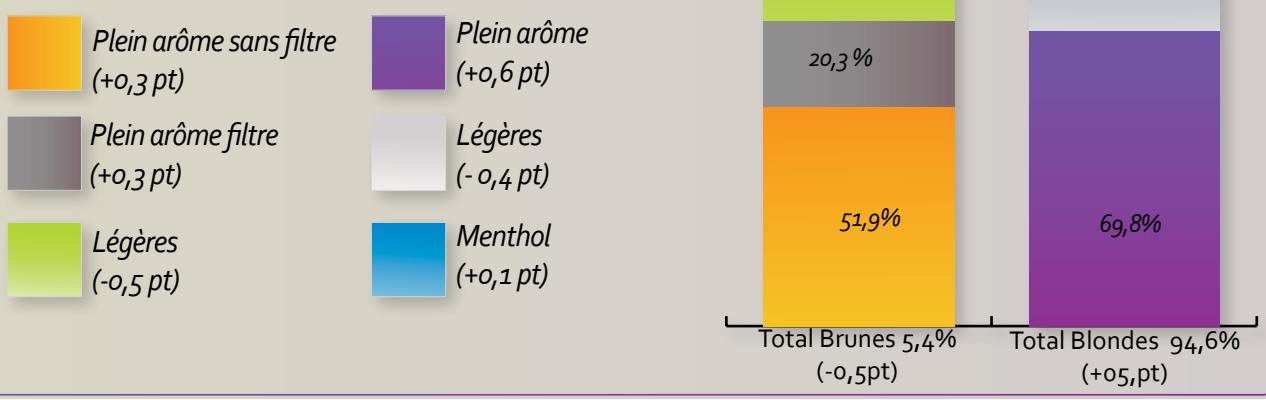
zoom

Répartition des ventes de cigarettes selon les goûts
(source : revue des tabacs n° 594- Février 2012)



- Blondes plein arôme 65,7%
- Blondes Ultra 1,7%
- Blondes légères 20,9%
- Blondes Menthol 3,7%
- Blondes super 2,6%
- Brunes 5,4%

Parts de marché cigarettes Blondes/Brunes
(source : revue des tabacs n°594-Février 2012)



Pipes et cigares : un mode de vie ?

Le tabac du cigare ou le tabac pour pipe ont un pH alcalin, de ce fait la fumée est directement absorbée par les muqueuses de la bouche et du pharynx. (Le tabac brun a un pH alcalin, alors que le tabac blond a un pH acide et est surtout absorbé au niveau des alvéoles pulmonaires).

Fumer le cigare est souvent décrit comme moins nocif et plus vertueux que la cigarette. En réalité, il n'en est rien...

La pipe, utilisée par les populations primitives, est la plus ancienne façon de consommer le tabac.
Les tabacs pour pipe sont des mélanges dont le but est de faire ressortir le parfum, par différents artifices: fermentation, ajout de tabacs orientaux ou africains (jusqu'à 25 tabacs différents) , additifs (entre 7 et 15%, humectants, conservateurs, adoucissants, agents de saveur). Chaque fumeur de pipe recherche le mélange dont le parfum lui convient et pratique aussi ses propres mélanges....
Le fumeur de pipe, n'inhale que peu profondément la fumée, mais il doit tirer de façon rapprochée des bouffées pour maintenir la combustion, car le foyer a tendance à s'éteindre.
Les produits cancérigènes restent de ce fait plus longtemps en contact avec les muqueuses buccales et la gorge, augmentant fortement le risque des cancers de la sphère ORL.
Le cigare est fait à partir de feuilles de tabac séché. Les feuilles d'un an sont fermentées selon un processus qui peut durer plusieurs mois. Les réactions chimiques ou bactériennes qui vont se produire lui donnent un goût particulier, différent de celui de la cigarette. Le cigare ne contient que très peu d'additifs et en petite quantité. La façon de rouler les feuilles génèrera la bonne combustibilité du cigare qui pèse une dizaine de grammes et demande 1 à 2 heures pour être fumé.
Le fumeur de cigare garde dans la bouche la bouffée de fumée, avant de l'inhaler. La plus grande concentration des substances toxiques se trouve évidemment dans la bouche et attaque les muqueuses.
Les cigarillos sont de petits cigares roulés dans une feuille de tabac, d'une taille proche de celle de la cigarette et d'un goût plus âcre que le cigare.

Fumer la pipe relève actuellement d'une sous- culture différente de celle du fumeur de cigarettes, avec un côté «années 68». Le cigare en France reste un symbole de réussite sociale, assorti d'une touche d'hédonisme, il est associé classiquement à la bonne chère. Mais, malgré ce qu'en disent les revues spécialisées qui prônent une démocratisation et l'usage du cigare par les femmes, les deux types de fumage restent marginaux.

Les ventes de tabac pour pipe en France ne représentent que 1% du marché, celles des cigares et cigarillos 2,3% des ventes totales de tabac.

Aux Etats-Unis, la mode des petits cigares et des cigarillos aromatisés à la fraise, au chocolat, ... a explosé dans les années 2000, en particulier dans les établissements d'enseignement secondaire. Et ce d'autant plus que les restrictions sur les ventes et la composition des cigarettes ne s'appliquent pas aux petits cigares qui sont moins chers que les cigarettes dans beaucoup d'états.

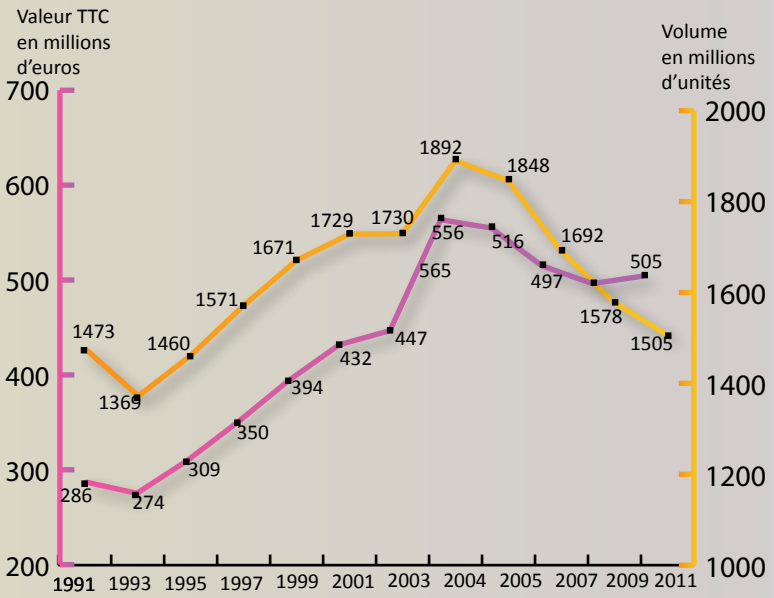
Dangers pour la santé : la quantité de tabac contenue dans un cigare équivaut à 10 à 20 cigarettes selon sa taille. La quantité de nicotine délivrée par un cigare peut donc être 10 à 20 fois supérieure à celle d'une cigarette. Et bien

qu'absorbée par la bouche, donc plus lentement que par les poumons, elle exerce le même effet sur les récepteurs cérébraux, et entraîne une dépendance (American cancer society, Last Medical Review:11/15/2011).

La présence des carcinogènes du tabac : benzène, hydrocarbures aromatiques polycycliques, oxyde d'éthylène, cadmium, nitrosamines, ...est responsable de cancers des lèvres , de la langue, (à cette toxicité s'ajoute celle de la chaleur locale), de cancers du larynx et de l'œsophage, de la vessie et du pancréas, avec aussi un risque augmenté de développer une maladie cardio-vasculaire, une attaque cérébrale, une bronchite chronique et des atteintes dentaires (J. Rodriguez et coll. Annals of Internal Medicine, Fév. 2010).

Le tabagisme actif et passif est particulièrement important et dangereux avec le cigare pour plusieurs raisons : il contient plus de tabac que la cigarette, le tabac y est fermenté, contenant plus de nitrates et nitrites qui vont en brûlant donner plus de nitrosamines, l'enveloppe n'a pas la porosité de celle du papier à cigarettes empêchant la combustion complète du tabac et délivrant une plus grande quantité de goudrons, CO, ammoniac... dont la toxicité est importante.
La fumée du cigare est très concentrée en produits toxiques, du fait de l'épaisseur du cigare et du tassement du tabac. De plus, la température de combustion est plus forte et la fumée inhalée est plus chaude, ce qui abîme les tissus et les dents beaucoup plus qu'une simple cigarette.
Un gros cigare contient et produit 20 fois plus d'ammoniac et 10 fois plus de cadmium, produit cancérogène, que la cigarette. Le risque de mourir d'un cancer du poumon est moindre que celui du fumeur de cigarettes, mais supérieur à celui du non fumeur. Le niveau de risque du fumeur de pipe semble être le même que celui du fumeur de cigare. Par comparaison avec les non fumeurs, le risque relatif de maladie coronaire est de 1,7 et celui de développer un cancer lié au tabac de 2,67 et le risque particulier de cancer du poumon est de 4,35, soit celui d'un petit fumeur de cigarettes (AG Shaper et coll., Int. J. Epidemiol., Oct. 2003).
Un cas particulier est celui du fumeur de cigarettes qui souhaite débuter un sevrage en consommant des cigares ou veut seulement changer de consommation. Peu habitué, il va inhaler la fumée du cigare. Selon une étude de l'American Cancer Society, il aura 11 fois plus de risque de mourir d'un cancer du poumon, 7 fois plus de mourir d'un cancer oropharyngé, 39 fois plus de mourir d'un cancer du larynx, 3 fois plus d'un cancer du pancréas et 4 fois plus d'un cancer de la vessie qu'un non-fumeur.

Evolution du marché des cigares et cigarillos
1991-2011 (source OFDT 2011)



Témoignage

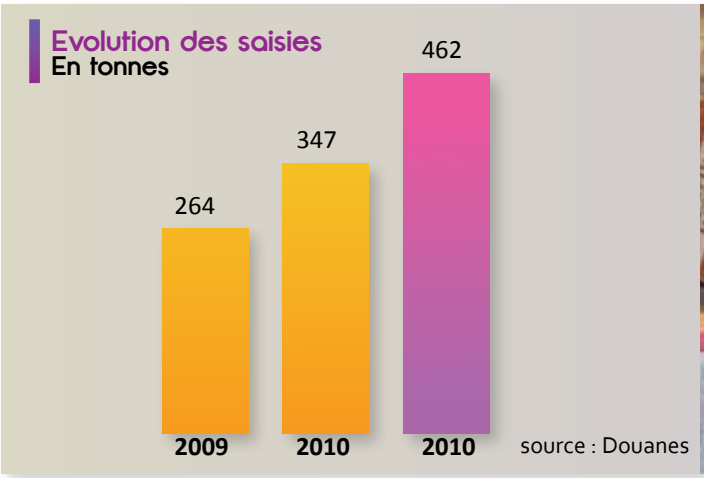
Les fumeurs de cigares : supérieurs au fumeurs de cigarettes ? (juillet 2012)

Je viens de lire un article ultra-violent d''un académicien fumeur de cigares dans un grand quotidien. Je crois comprendre que les fumeurs de cigares, se croyant supérieurs au fumeurs de cigarettes, exigent des dérogations de la loi Evin pour le cigare ! Par exemple, ils exigent de pouvoir promouvoir le cigare à travers des revues, ce que personne n''accepterait pour les cigarettes ?
La loi Evin fait-elle une différence entre le tabac de la plèbe et celui des notables, entre cigarette et cigare ? Devrons-nous, et nos enfants avec nous, supporter désormais la fumée écoeurante des cigares, parce que ces messieurs ont une position sociale privilégiée ?

Réponse DNF :
Votre analyse n'est pas loin des arguments développés par certains éditeurs de ce type de presse spécialisée. Nous avons décide de répondre à cette tribune par le biais d'un communiqué adressé aux différents organes de presse en espérant que, dans un souci d'équité, l'avis de l'association soit traité avec la même attention que celle dont a bénéficié cet illustre académicien.
(cf page12)

Cigarettes de contrebande et de
un trafic très fructueux, impliqua

La contrebande du tabac est en augmentation constante dans le monde : Les ventes illicites de tabac représentent 20% du total consommé en France, mais en fait 15% sont des achats transfrontaliers soumis à des règles et 5% des achats illégaux sur internet ou par la contrebande (DNF).



Sur les saisies en douane française, 20% des cigarettes vendues par des réseaux criminels étaient contrefaites en 2006, et probablement davantage actuellement.
Les fabricants, comme BAT, veulent lutter contre ces cigarettes contrefaites, en faisant valoir que leurs produits sont moins dangereux que ceux des réseaux criminels. Des slogans comme « fausse cigarette, vrai risque » laissent croire à la population que les cigarettes de contrebande tuent, mais que celles vendues dans un bureau de tabac ne le font pas (G. Audureau, DNF).
C'est oublier que le tabac «légal» tue des millions de fumeurs tous les ans et que la contrebande de cigarettes est souvent orchestrée par les fabricants eux-mêmes : Philip Morris en Europe, une filiale de RJ Reynolds au Canada ont été attaqués en justice pour la contrebande de leurs produits.
Contrebande et contrefaçon posent plusieurs problèmes :

- Financier : le manque à gagner en revenu fiscal pour l'état est considérable, il en est de même pour les bénéfices des multinationales, ce qui a amené Philip Morris et Japan Tobacco à signer avec Bruxelles des accords pour lutter contre la contrebande et les contrefaçons.
- Atteinte à l'ordre public : cette contrebande, plus lucrative et moins dangereuse que le trafic d'autres produits, est organisée par des réseaux mafieux, criminels et terroristes, qui en outre corrompent les fonctionnaires dans de nombreux pays.
- Danger sanitaire : la vente à prix réduit amène de nouveaux clients, dont des jeunes alors que les cigarettes contrefaites, dont les ingrédients sont totalement inconnus, sont extrêmement toxiques.

Risques pour la santé :
Le consommateur ayant acheté des cigarettes contrefaites ne s'en rend pas compte : l'imitation d'un paquet normal vendu dans son pays est parfaite : timbres fiscaux, hologrammes et avertissements sanitaires sont les mêmes (Te-Ping Chen, traduit par B. Viennot, www.slate.fr).
En Chine, une usine peut fabriquer de fausses Marlboro pour 60 pays différents.
Un consommateur sur 5 seulement se rend compte d'une différence de goût, de tenue du tabac ou d'aspect du filtre (HM Treasury and HM Customs Report, Déc. 2004).
Une étude faite par le Dr WE Stephens de l'Université de St Andrews, en Ecosse (Environ Sci Technol, 15 Janv. 2005), comparant des cigarettes saisies en douane (47 échantillons) aux marques légalement vendues, a révélé des concentrations de métaux lourds significativement plus élevées dans les cigarettes contrefaites. On y trouve :
- 5 fois plus de cadmium
- 3 fois plus d'arsenic
- 6 fois plus de plomb

La présence en grande quantité de ces produits toxiques est corroborée par une étude américaine (RS Pappas et coll., Food Chem Toxicol, Fév. 2007).
Cadmium et arsenic sont listés comme cancérogènes humains et augmentent de façon significative les risques de cancérisation chez les fumeurs de cigarette de contrefaçon, par rapport aux fumeurs de cigarettes manufacturées : de 8 fois chez les adultes, de 11 fois chez les adolescents (cité par Département de recherche sur les menaces criminelles contemporaines , Institut de Criminologie de Paris-Université Paris II Panthéon-Assas, Sept. 2009).

En outre, ces métaux lourds ont une durée de vie prolongée dans l'organisme.
Le cadmium attaque principalement les poumons (cancer et emphysème), les reins et les os.
L'arsenic provoque des troubles digestifs, sanguins, neurologiques et des cancers du poumon, de la peau et des voies urinaires.
Le plomb est particulièrement dangereux pour le cerveau de l'enfant et du

contrefaçon :
nt des réseaux mafieux.

fœtus, d'où la gravité du tabagisme maternel.

Cette concentration majorée en métaux lourds est provoquée par le sur emploi d'engrais phosphatés, l'utilisation des feuilles basses du plant de tabac, de loin les plus toxiques et l'achat à bas prix des plants contaminés, éliminés pour la production normale de cigarettes, où d'ailleurs leur taux a baissé au fil des années (Département de Recherches sur les Menaces Criminelles Contemporaines. Notes d' alerte - Sept 2009, Paris II, Panthéon -Assas), (HM Treasury and HM Customs Report, Dec 2004 Dec) (Benedetti JL et coll. Institut national de santé publique du Québec. Bulletin d'information Toxicologique, Automne 2005).
D'autres analyses (HM Treasury and HM Customs Report, Déc. 2004) ont aussi révélé des concentrations de :
- Goudrons, 160% plus élevées
- Nicotine, 80% plus élevées
- Monoxyde de carbone, 133% plus élevées.

Les produits de contrefaçon échappent aux normes imposées dans les pays développés.
On a trouvé dans ce tabac de la poussière du sol, des œufs d'insectes, des parasites du tabac, des raticides, des fientes de pigeon et déjections de rats, des morceaux de plastique et de bandes magnétiques. Les filtres sont parfois fabriqués avec des morceaux de coton (Le Parisien 11.07.2009).

En Grande Bretagne, des trafiquants de drogue ont rajouté au tabac de contrefaçon du cannabis et du crack pour développer leur marché.

Ces cigarettes sont fabriquées principalement en Chine, mais aussi dans les pays de l'Est dans des ateliers clandestins ou semi clandestins et leur transport laisse le plus souvent à désirer, aggravant les dangers sanitaires (Le Parisien 11.07.2009).

Une étude australienne a mis en évidence le fait que les fumeurs de produits de contrebande ont tendance à présenter des troubles de santé plus importants que les fumeurs de cigarettes vendues légalement. Ils constituent une population particulière : ils ont commencé à fumer plus tôt et consomment plus de cigarettes (KA Campbell et coll., Nicotine & Tobacco Research, Nov.2009).
D'autres études montrent qu'ils sont moins accessibles aux messages de santé (Conterfeiting Intelligence Bureau, Counterfeit Confidential, Sept. 2006).
«Cigarettes de contrefaçon : elles tuent encore plus vite». Il est donc capital d'attirer l'attention des consommateurs séduits par le prix bas de ces produits sur les dangers qu'ils encourent.

Achats transfrontaliers

D'après les industriels du tabac, les achats transfrontaliers seraient restés à un niveau proche de celui observé en 2010 car même si les prix ont augmenté en France, le différentiel avec les pays voisins ne s'est pas creusé.

Toutefois, en Espagne, les cigarettiers ont baissé massivement les prix de leurs paquets au printemps : bien que ceux-ci soient revenus au niveau d'avant-baisse, il est très probable qu'un certain nombre de fumeurs français en ait profité pour s'approvisionner à moindre coût. La progression des ventes de tabac dans plusieurs départements du sud-ouest de la France laisse pourtant penser que l'impact a été mesuré.

À l'inverse, les ventes chez les buralistes ont reculé dans plusieurs départements du nord et du nord-est, faisant suspecter des achats transfrontaliers, mais les ventes de tabac en Belgique ont reculé de 10 %.
Ainsi, il semble bien que les fumeurs aient réduit leur consommation, peut-être encouragés par le passage en octobre du prix du paquet au-dessus du seuil symbolique des 6 €.

source : OFDT bilan 2011

«Lutte contre le tabac et terrorisme»

DNF réagit aux propos de l'académicien Jean-Christophe Rufin

PARIS, le 6 juillet 2012 : *Dans une interview donnée à «l'Amateur de cigare», Jean-Christophe Rufin compare les actions des associations de lutte contre le tabagisme à du terrorisme. DNF tient à réagir et publie une lettre ouverte à l'académicien.*

« Les Etats totalitaires ne sont jamais allés aussi loin dans le contrôle des comportements individuels ». Diantre! Quelle mouche a donc piqué l'académicien et de surcroit médecin, Jean-Christophe Rufin ? L'association DNF, dans le cadre de son action en justice contre la revue « l'Amateur de cigare», menacerait quant à elle le droit d'expression mais également les libertés publiques dans leur ensemble. La preuve ? Une « polémique », dont on ne comprend pas bien l'existence et qui semble inventée par une revue trop heureuse de trouver là une tribune à peu de frais.

Non content de taxer les associations de contrôle du tabac de « terrorisme », Jean-Christophe Rufin ajoute enfin qu'une « dictature de la majorité » menacerait les 13 millions de fumeurs de notre pays.

Les fumeurs de cigares ont-ils la jouissance exclusive de la liberté de penser ? La résistance aux sirènes du tabagisme, après des décennies de « tabac-roi », demande, elle aussi, un minimum de libre arbitre. En outre, l'étude du mécanisme des dépendances (physique, comportementale et psychologique) engendrées par la consommation de tabac invite à la modération des propos : chaque année, 74 000 personnes meurent prématurément du tabac, ce qui représente et de très loin la première cause de décès évitable en France.

Jean-Christophe Rufin ne jette cependant pas le bébé avec l'eau du bain : l'académicien approuve ainsi l'interdiction de fumer dans les lieux à usage collectif. Rappelons simplement que c'est seulement grâce à l'action des « terroristes » que cette mesure, plébiscitée par plus de 2/3 des Français, a pu voir le jour, et ce après une bataille de 15 ans contre les intérêts pro-tabac.

Non, Monsieur Rufin, DNF n'est pas une organisation totalitaire et l'ensemble de ses bénévoles ne prétend pas détenir la vérité envers et contre tout. L'association respecte le débat public, le pluralisme des opinions et travaille afin de réduire les conséquences de l'épidémie du tabagisme sur la base d'un dialogue permanent. Jamais non plus, vous ne trouverez de propos de sa part appelant à la prohibition du tabac.

Qu'en est-t-il enfin de «l'Amateur de cigare» ? DNF demande simplement l'application de la loi, ni plus, ni moins. La loi Evin, celle que vous approuvez au restaurant et dans les cafés, a ses raisons que les lobbyies du tabac ne comprendront jamais. L'esprit de cette loi se fonde en effet sur un principe élémentaire : le tabac n'est pas un produit comme un autre. Aussi convient-il de mettre en place des mesures de prévention, d'éducation, d'information démontrant que le tabac est un poison qui, loin d'émanciper, réduit les libertés.
A l'heure où des révélations de corruption de chercheurs français organisée par l'industrie du tabac se font jour, il y a sans doute mieux à faire que de servir les intérêts des cigarettiers et de leurs mensonges éhontés.

Prochain numéro de votre Chronique : Narguilé, Snus et e-cigarette.

La Chronique du Dr Mesny

Ce bulletin de santé est édité par l'association Les Droits des Non Fumeurs. Il est rédigé par le docteur Jeanne Mesny, membre du conseil d'administration de l'association.

N° ISSN : 2256-621X

Aout 2012

Association DNF
5 passage Thiéré
75 011 PARIS
Tel/Fax : 01 42 77 06 56
www.dnf.asso.fr