

ENQUÊTE TNS ILRES/FONDATION CANCER 2017*

La proportion des fumeurs stagne, notre revendication demeure inchangée

Pour certains, une cigarette s'associe à merveille avec un verre de vin ou de bière le soir. Ceci décuplerait le plaisir. D'autres ne jurent plus que par l'e-cigarette, croyant qu'elle est totalement inoffensive et reste la meilleure arme contre le stress au jour le jour. Le tabac joue un rôle prépondérant dans l'apparition de plus de 40 maladies, dont certaines peuvent entraîner un décès prématuré, telles que le cancer. Au Luxembourg, chaque année près de 1 000 personnes meurent de maladies liées au tabac.



Enquête sur les habitudes tabagiques: observations importantes

Afin de connaître le comportement tabagique de la population au Luxembourg, la Fondation Cancer a de nouveau commandité une enquête auprès de TNS Ilres en 2017.

La première mauvaise nouvelle: 21 % des résidents au Luxembourg fument. La deuxième: la proportion de fumeurs a légèrement augmenté en 2017 après des années de stagnation. En d'autres termes, le renforcement de la loi anti-tabac – entrée en vigueur en août 2017 au Grand-Duché – est venu au bon moment et pourrait inverser la tendance à la hausse dans les mois à venir.

Surtout les jeunes pourraient en bénéficier. De 2013 à 2016, la proportion de fumeurs parmi les 18 à 24 ans avait atteint les 26 %. En 2017, cette valeur a chuté de quatre points. Cependant, si on observe uniquement les femmes de ce groupe d'âge, leur consommation pour le tabac a non seulement augmenté pendant des années, mais était même plus élevée que celle de leurs homologues masculins l'année dernière (24 % contre 21 %).

Peut-être que les jeunes femmes se considèrent moins à risque de dépendance ou considèrent que les dommages causés par le tabac pour la santé sont trop faibles ?

De plus, 90 % de tous les fumeurs réguliers ont déjà commencé à fumer avant 20 ans. Pourquoi le tabagisme précoce est-il particulièrement nocif ? Parce que le sevrage sera plus difficile. On endommage le corps plus radicalement. Néanmoins, le tabac est l'une des substances addictives les plus visibles dans ce pays et affecte indirectement aussi les non-consommateurs.

Les fumeurs sont les plus nombreux dans la classe d'âge des 25 à 34 ans.

C'est à ce moment-là généralement, qu'on fonde une famille et qu'on détermine son orientation professionnelle définitive. Les enfants – souvent en bas âge – sont les témoins involontaires de ce modèle !

16 % des répondants ont admis consommer de la nicotine et du tabac tous les jours. Entre 2014 et 2016, ils étaient seulement 15 %. Toutefois, la quantité de cigarettes consommées diminue: la moitié des fumeurs interrogés consomment moins d'un demi-paquet – soit moins de dix cigarettes – par jour. 43 % fument 10 à 20 cigarettes dans la journée.

Important: c'est le nombre d'années de tabagisme qui a plus d'impact sur la santé que la quantité de cigarettes fumées. De plus, les fumeurs qui tentent de limiter leur consommation de cigarettes, inhalent plus profondément ou « tirent » plus souvent sur leur cigarette, afin d'obtenir leur dose habituelle de nicotine. Un aspect positif est qu'en 2017, 55 % des personnes interrogées (2016: 53 %) souhaitaient arrêter quand 22 % voulaient réduire leur emprise tabagique (2016: 21 %).

Concernant la shisha au goût fruité, la tendance redevient négative. Pour 24 % des 15 à 24 ans, la consommation de shisha fait désormais partie de leurs habitudes tabagiques. En 2016, ils n'étaient que 20 %.

Les cigarettes électroniques sont utilisées par 1,2 % des répondants. 64 % les utilisent en parallèle aux cigarettes classiques. Et seulement 30 % des vapoteurs ont exprimé l'objectif de devenir non-fumeur.

Constat: un cinquième des résidents fument activement

Depuis 2013, la proportion de fumeurs dans la population luxembourgeoise est d'environ un cinquième soit 103 950 personnes en 2017. Assez

de raisons pour le renforcement de la loi anti-tabac en vigueur depuis août 2017 pourrait-on penser. Mais si l'interdiction de vente de produits du tabac aux mineurs, l'alignement du régime applicable aux e-cigarettes à celui des cigarettes classiques ou l'élargissement de l'interdiction de fumer en présence d'enfants dans les véhicules, les enceintes sportives et sur les aires de jeux sont de bonnes mesures en soi, apporteront-elles l'effet désiré en 2018, à savoir une baisse conséquente du nombre de fumeurs ?

Revendication de la Fondation Cancer: des prix plus élevés

En tant que Fondation Cancer, nous militons pour une augmentation significative du prix des cigarettes. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), c'est surtout par une politique de prix dissuasive qu'une réduction durable de la consommation de tabac peut être atteinte. C'est ainsi que le nombre de fumeurs chez les adolescents pourrait être massivement réduit.

Aide: en route vers le statut du non-fumeur

En plus de la consultation téléphonique existante pour le sevrage tabagique, la Fondation Cancer offre depuis peu des consultations en face à face avec une tabacologue sur place (Prise de rendez-vous T 45 30 331).

Si vous souhaitez obtenir une information délivrée par des professionnels sur le sevrage tabagique en ligne, vous pouvez consulter: www.maviesanstabac.lu.

**enquête annuelle et représentative commanditée par la Fondation Cancer et réalisée par TNS Ilres sur le comportement tabagique au Luxembourg. En 2017, 4 225 personnes résidentes au Luxembourg et âgées de 15 ans ou plus ont été interrogées sur leurs habitudes tabagiques.*

Article coécrit avec Christa Roth.

Arrêter, c'est possible!



www.maviesanstabac.lu



Aidez-moi.

La Fondation Cancer – fort de son expérience depuis de nombreuses années dans le domaine – vient de lancer son nouveau site **maviesanstabac.lu** afin de vous faciliter l'arrêt tabagique. Vous y trouverez assurément les éléments pour réussir votre parcours, les premiers réflexes à acquérir, comment élaborer une stratégie gagnante/un plan d'actions contre cette dépendance qui vous accable, et répondre à vos obstacles et échecs qui feront partis de ce même parcours, celui de la réussite.

Alors connectez-vous tout simplement sur maviesanstabac.lu si vous avez toujours l'envie « d'arrêter ».

Et parce qu'un site n'est et ne sera jamais suffisant.

Virtuellement, vous avez déjà « arrêté ». Vous avez fait un grand pas. Mais parce qu'un entretien et un suivi avec une personne compétente à vos côtés sera toujours gage d'une plus grande réussite dans la cessation tabagique, la Fondation Cancer vous propose ce protocole gratuitement. Demandez notre service Tabac-stop au 45 30 331, une tabacologue diplômée répondra à toutes vos interrogations.