

VAPOTAGE ET SANTÉ : EN SUÈDE, LA RÉDUCTION DES RISQUES FONCTIONNE



Le collectif Smoke Free Sweden en a apporté la preuve ce 8 mai 2024. Grâce au vapotage et aux autres produits alternatifs à la nicotine, la population de Suède est en meilleure santé. Et le pays compte désormais seulement 5,6 % de fumeurs !

Décryptage du rapport "No Smoke Less Harm".

SNUS, POUCH, VAPOTAGE ET POLITIQUES DE SANTÉ PUBLIQUE EN SUÈDE

En Suède, il devient de plus en plus rare de voir une personne fumer. Sur plus de 10 millions d'habitants, le pays ne compte en effet que 5,6 % de fumeurs. Soit **l'un des plus bas taux de tabagisme au monde**.

Tandis que l'Europe stagne à 23,5 % de prévalence tabagique, la Suède a plus d'**une longueur d'avance dans la lutte antitabac**. Elle est plus proche que jamais d'atteindre l'objectif fixé par l'Union européenne : 5 % ou moins de fumeurs d'ici 2040.

Mais étonnamment, son modèle est peu étudié et suivi par les autres pays. Ce dernier semble déranger, et pourtant, il n'a jamais été autant d'actualité.

À l'heure où tous combattent ardemment toute forme de nicotine se trouvant hors du circuit pharmaceutique, la Suède fait exception. **Historiquement, elle s'est toujours appuyée sur des formes alternatives de nicotine, sans combustion.**

Le snus, un produit typiquement suédois

Utilisé depuis des siècles par les suédois, **le snus est un produit du tabac un peu particulier**. À son apparition, il se composait d'un mélange de tabac, d'eau et de sel. Formant un agglomérat à placer sous la lèvre.

Par la suite, le snus a évolué, prenant la forme qu'on lui connaît aujourd'hui : un **petit sachet de tabac en fibre végétale**. Mais le mode d'utilisation, lui, n'a pas changé : il se fait par **voie buccale** également. Sans en passer par la combustion.

Pour autant, sa consommation est seulement légale dans quelques pays. **L'Europe l'a interdit en 1992, exception faite de la Suède**. Le pays s'est en effet battu à son entrée dans l'Union européenne, en 1995, pour le conserver.

Le pouch de nicotine, un dérivé du snus sans tabac

Forme dérivée du snus, le **pouch de nicotine** est apparu dans les années 2010 en Suède. On le doit au [docteur Karl Fagerström](#), qui a eu l'idée de créer **un snus sans tabac**. Le pouch de nicotine contient ainsi seulement de la nicotine, accompagnée d'arômes. À la manière de ceux que l'on retrouve dans les e-liquides pour cigarette électronique.

Tout à fait légal en Europe, sa ressemblance avec le snus lui vaut néanmoins bon nombre de polémiques. L'Assemblée nationale française n'a d'ailleurs pas statué, mais une [proposition de loi](#) visant son interdiction existe bel et bien.

À ces deux produits alternatifs nicotinés sans fumée, les plus répandus en Suède, s'ajoutent bien d'autres. Comme le **vapotage** et d'autres produits à la nicotine dits "de nouvelle génération".

Snus, pouch et vapotage : des divergences d'opinion quant à leurs effets sur la santé

En définitive, la Suède utilise précisément depuis des décennies tous les produits décriés par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Cette dernière voit effectivement en eux la nouvelle menace de santé publique à éradiquer. Plus dangereuse encore que la cigarette de tabac, [si l'on en croit ses dires](#).

C'est pourquoi le rapport "No Smoke Less Harm" du collectif Smoke Free Sweden est si important. En revenant de façon détaillée sur le cas suédois, il remet en perspective cette **notion de danger relatif**, invitant chacun à se poser les bonnes questions.

Dont la plus essentielle : souhaite-t-on vraiment faire la guerre à des produits qui n'ont jamais autant servi la lutte antitabagique mondiale ?

"NO SMOKE LESS HARM" : UN RAPPORT D'ESPOIR POUR LES FUMEURS

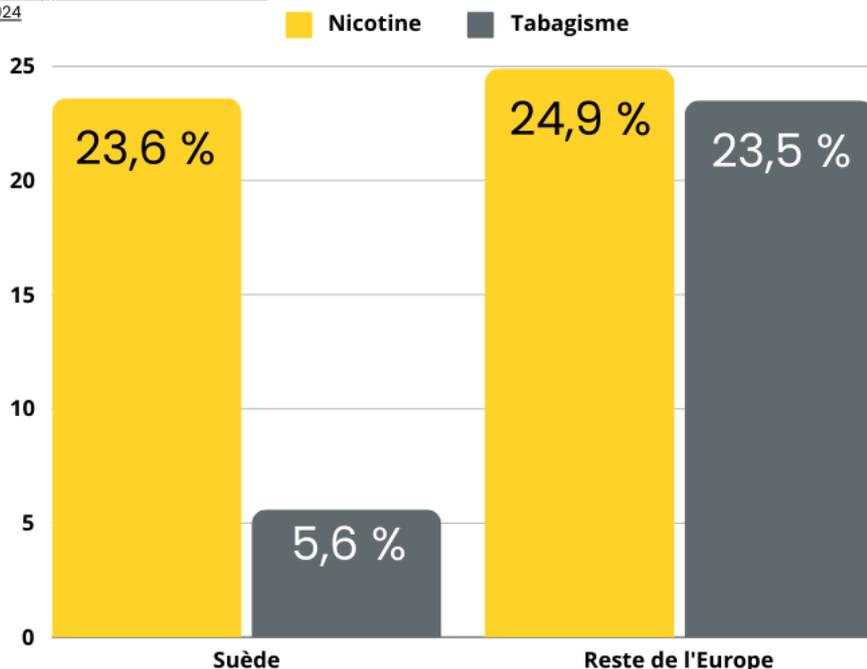
Le 8 mai 2024 à Stockholm, le collectif Smoke Free Sweden a présenté son rapport "No Smoke Less Harm". [64 pages figurent au rapport](#), toutes rédigées par des experts en réduction des risques *.

Leur objectif : démontrer « *comment les alternatives à la nicotine sans combustion peuvent accélérer le contrôle du tabagisme et la réduction des méfaits, pour sauver la vie de millions de fumeurs adultes* ».

Pour ce faire, les chercheurs sont partis d'une disparité intéressante. Hors Suède, l'Europe compte en effet **24,9 %** de consommateurs de produits nicotinés. La Suède seule, **23,6 %**. Soit quasiment autant que tous ses voisins européens réunis.

Pourtant, comme dit précédemment, l'Europe (toujours hors Suède) totalise **23,5 %** de fumeurs. La Suède, seulement **5,6 %**.

Sources : rapport "No Smoke Less Harm" mai 2024



Pour eux, cette discordance n'est pas sans lien avec le type de politique engagée envers les produits alternatifs à la nicotine. **En misant sur la réduction des risques, la Suède a abaissé sa prévalence tabagique. De même que ses taux de décès et de maladies liés au tabagisme.**

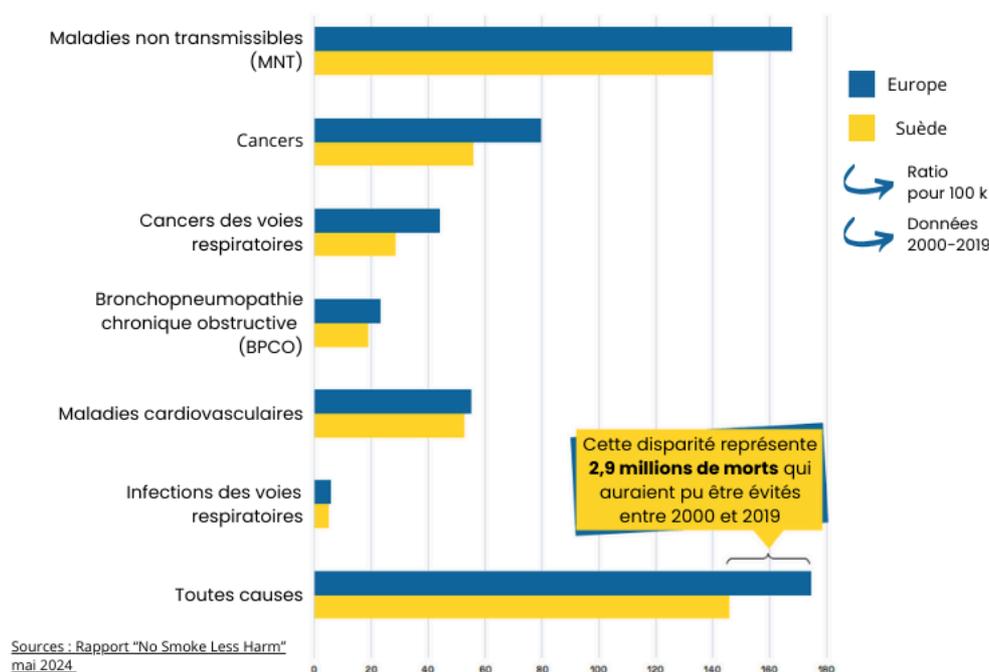
Les produits de nicotine orale et du vapotage bénéfiques au bien-être des populations : la Suède en meilleure santé

Voilà qui contredit de fait la théorie selon laquelle tout produit à la nicotine, même non combustible, comporte un risque accru pour la santé.

D'après l'Institut de mesure et d'évaluation de la santé (IHME, GBD), la Suède montre des **taux de mortalité et de maladies imputables au tabagisme drastiquement inférieurs au reste de l'Europe.**

Sur la période 2000-2019, le pays présente notamment :

- **44 %** de décès liés au tabagisme **en moins** ;
- **41 %** de cancers liés au tabagisme **en moins** ;
- **38 %** de décès attribuables à ces cancers **en moins**.



Autrement dit, c'est bien le mode de consommation de la nicotine par combustion qui affecte la santé des populations, non la nicotine en elle-même.

Une distinction primordiale d'après les chercheurs, puisque cela représente « 2,9 millions de morts qui auraient pu être évités entre 2000 et 2019 en Europe ».

Un cercle vertueux : des produits largement adoptés par les Suédois et soutenus par le gouvernement

Comme le montre le rapport, en 1988/89, 33 % des hommes suédois âgés de 35 à 44 ans étaient fumeurs. Tandis que 19 % avaient choisi d'utiliser le snus plutôt que la cigarette. En 2004/05, la tendance a commencé à s'inverser : seuls 13 % des hommes suédois de 35-44 ans fumaient, tandis que 31 % consommaient du snus.

Pour les auteurs du rapport, cette transition s'explique par un double facteur. D'un côté, « *les Suédois ont appris à consommer leur nicotine différemment – et de manière beaucoup plus sûre* ». De l'autre, le gouvernement a veillé à entretenir cette préférence.

Aussi, les législations en place s'adaptent-elles à chaque produit. Comme l'indiquent les chercheurs :

« la Suède fait la différence entre les cigarettes et les formes alternatives de tabac et de nicotine dans sa taxation, reflétant ainsi le risque relatif de chaque produit »

De même, la promotion de ces formes alternatives, comme le vapotage, est autorisée. Seul ce qui concerne la cigarette à combustion a interdiction de publicité. Et les résultats sont là.

De plus, contrairement à ce que l'on pourrait croire, **la Suède n'est pas un exemple isolé**. [Le Royaume-Uni et la Nouvelle-Zélande](#) également ont pu témoigner de l'importance de soutenir des pratiques alternatives comme le vapotage pour réduire rapidement et efficacement les taux de tabagisme.

Comme le martèlent tous les experts de la réduction des risques depuis des années, il ne s'agit pas de choisir entre tout autoriser ou tout interdire. Mais plutôt de **changer de paradigme, en prenant en compte le danger émis par chaque produit**.

En cela, comme l'expliquent les auteurs du rapport :

« La Suède offre un exemple pratique de la façon dont les mesures de lutte antitabac peuvent être combinées avec succès avec des politiques de réduction des méfaits pour aider à éliminer le tabagisme, et ainsi, à réduire la mortalité due aux maladies liées au tabagisme et sauver des millions de vie »

COMPRENDRE LE CONTINUUM DU RISQUE, MISER SUR LA RÉDUCTION DES RISQUES

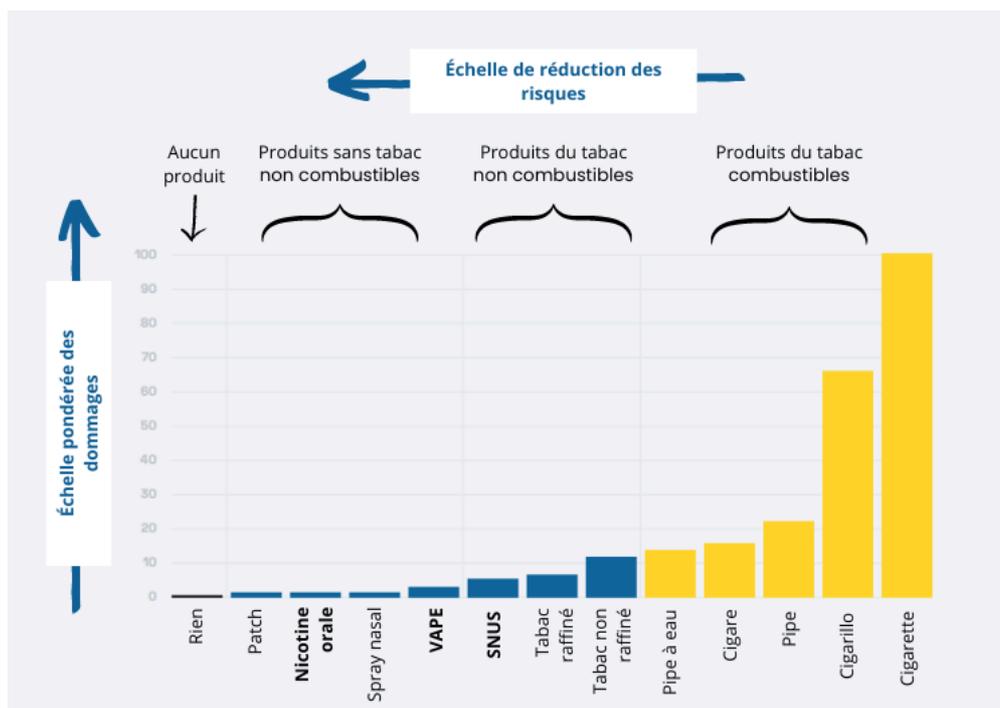
Au regard des données rapportées, les experts invitent chaque institution et chaque gouvernement à **revoir leur copie sur les produits alternatifs à la nicotine**. Mais surtout sur **la nicotine en général** :

« Malgré les idées fausses largement répandues, la nicotine n'est pas cancérigène [...] Comme la caféine, elle crée une dépendance. Pourtant, la caféine est largement acceptée [...] Ce rapport suggère donc de comparer leurs niveaux de dépendance, afin de créer des réglementations basées sur les risques pour les deux »

Ces scientifiques demandent ainsi que soit appliqué le **principe du continuum du risque**. C'est-à-dire que tout produit nicotiné soit évalué en fonction du danger qu'il représente par rapport à la cigarette à combustion.

Ils citent notamment les travaux de Nutt et al.¹, repris par Abrams et al.², qui classent ces différents produits en trois groupes, puis les placent chacun sur une échelle de réduction des risques :

1. Les produits au tabac avec combustion : les plus nocifs ;
2. Les produits au tabac sans combustion : beaucoup moins nocifs ;
3. Les produits sans tabac et sans combustion : bien moins nocifs encore.



Conclusions et recommandations des experts

En conclusion du rapport "No Smoke Less Harm", les experts recommandent ainsi :

- D'éliminer activement la **désinformation** circulant sur la **nicotine**

*« Il ne peut être toléré que la nicotine puisse encore être perçue à tort comme cancérigène. **La nicotine n'est ni le problème ni la cause de cancers.** Les organisations qui propagent des mensonges, messages fallacieux et trompeurs sur la réduction des méfaits et la nicotine devraient être maintenues redevables. De même, il devrait être exigé des **rétractations** de la part d'études scientifiques propageant ce type de croyance. »*

- D'agir en faveur de la **sensibilisation** et l'**adoption** des méthodes de réduction des risques

*« Les parties prenantes de tous types, depuis les gouvernements nationaux jusqu'aux professionnels de la santé, en passant par les industries privées et les institutions mondiales de santé, doivent **reconnaître la réduction des risques comme faisant partie d'une bonne pratique de santé publique et comme étant un droit humain fondamental à la santé.** »*

- De faire la différence entre les produits combustibles et non combustibles

*« Un cadre réglementaire complet devrait couvrir toutes les formes de produits de consommation à base de nicotine [...] Il s'ensuit qu'ils devraient être **traités différemment des produits fumés.** »*

- D'inclure la stratégie de réduction des risques dans la lutte antitabac mondiale

*« **L'OMS doit intégrer la réduction des risques dans la lutte antitabac comme un « quatrième pilier ».** Cette « impulsion politique » est essentielle pour faire une différence dans la vie des 1,1 milliard de fumeurs tout comme dans celle de ceux exposés à la fumée secondaire. »*

- D'adopter une **réglementation proportionnelle au risque** de chaque produit

*« Les pays doivent établir une **réglementation cohérente et homogène** adaptée au risque de chaque produit. y compris les conditions dans lesquelles il peut être vendu. »*

- D'accélérer la recherche sur les méthodes de réduction des risques et de partager les connaissances acquises

« Les progrès en matière de réduction des réductions exigent que toutes les parties prenantes coordonnent leurs efforts, définissent des objectifs, identifient des mesures de réussite raisonnables, et partagent leurs apprentissages à travers des canaux de communication ouverts. »

* Liste des 13 experts signataires du rapport : Docteur Konstantinos Farsalinos (Grèce), Professeur Karl-Olov Fagerström (Suède), Docteur Anders Milton (Suède), Docteur Delon Human (Afrique du Sud), Professeure Mihaela Raescu (Roumanie), Docteur S. Abbas Razas (Pakistan), Docteur Gintautas-Yuozas Kentra (Kazakhstan), Docteur Kgosi Letlape (Afrique du Sud), Professeur Solomon Tshimong Retaemane (Afrique du Sud), Docteur Diego Verrastro (Argentine), Professeur Heino Ströver (Allemagne), Docteur Anoop Misra (Inde), Docteur Hiroya Kumamaru (Japon).

Pour aller plus loin

¹ Découvrir les [travaux détaillés de Nutt et al.](#)

² Découvrir les [travaux détaillés d'Abrams et al.](#)

Ou encore, rendez-vous sur le [site internet smokefreesweden.org](http://site.internet.smokefreesweden.org)

Publié le 15.05.2024 par  #JSV

Mis à jour le 17.05.2024

