

Fumer ça fait du mal...—

FACTSHEET

Fumer du tabac équivaut à inhaler plus de 40 substances cancérigènes.

Plus de 4'000 substances ont été identifiées dans la fumée de tabac et au moins 40 d'entre elles sont connues pour être cancérigènes (voir ci-dessous). On estime par ailleurs que plus de 40'000 autres substances non identifiées se trouvent dans la fumée de tabac. Quant à la fumée passive inhalée de façon involontaire par de nombreux non-fumeurs, sa composition ne diffère pas d'une manière significative de la fumée directement inhalée par les fumeurs : souvent, les quantités de substances toxiques qui s'échappent d'une cigarette dans l'environnement sont même supérieures à celles qui sont directement inhalées par le fumeur.

Ce « cocktail » de substances très toxiques provoque chez les fumeurs des cancers de divers organes : poumons, bouche, pharynx, larynx, oesophage, estomac, vessie, reins. De plus, la fumée pourrait aussi provoquer des cancers du sein, de l'utérus et du foie.

Contrairement à un idée répandue, ce n'est pas le papier de cigarette qui est responsable de la toxicité de la fumée : en effet, la fumée de cigare contient au moins autant de substances toxiques que la fumée de cigarette.

Il y a environ 30 ans que les cigarettes « légères » ou « Light » ont fait leur apparition. Incités par les fabricants à miser sur ce type de cigarette afin de minimiser les risques pour leur santé, les consommateurs l'ont rapidement adopté. Plus particulièrement chez nous (les consommateurs suisses seraient-ils plus soucieux de préserver leur santé ?), les cigarettes « légères » ou « ultra-légères » ont très rapidement remporté un large succès. Leur part de marché est actuellement de 75% (CISC, 2002). Cependant, au vu des données accumulées, on sait maintenant que ces cigarettes ne permettent pas de réduire les risques de manière significative au point qu'elles puissent être recommandées à celles et ceux qui souhaitent diminuer les risques encourus. (National Cancer Institute monograph, 2001) En effet, la méthode utilisée pour la détermination des quantités de nicotine et de goudrons est artificielle : elle recourt à une machine qui « fume » de manière standard et ne tient donc pas compte du comportement des fumeurs. Contrairement à cette machine, les fumeurs qui passent des cigarettes traditionnelles aux cigarettes « légères » adaptent – parfois inconsciemment – leur comportement et inhalent autant de nicotine et de goudrons qu'avec les cigarettes auxquelles ils étaient habitués. Cette adaptation se fait de différentes manières : bouffées plus fréquentes, inspirations plus profondes, rétention plus longue de la fumée dans les poumons, ou obstruction des minuscules

trous de ventilation des filtres, une obstruction qui empêche que la fumée inhalée soit diluée par de l'air.

De nombreux procédés permettant de diminuer les quantités de substances toxiques dans la fumée ont été développés et patentés par les fabricants (ASH, 1999). Les procédés de fabrication utilisés au niveau industriel étant secrets, on ne sait pas dans quelle mesure ces patentes ont été utilisées dans la pratique. Cependant, rien n'indique que la toxicité des cigarettes ait significativement diminué ces dernières décennies. Mis à part les propriétés cancérigènes de certaines des substances composant la fumée de tabac, la toxicité de la presque totalité des 4'000 substances identifiées est quasiment inconnue. Si l'on connaît la toxicité de très nombreuses substances lorsqu'elles sont ingérées, on ne sait pratiquement rien de leur toxicité lorsqu'elles sont inhalées. Or la différence est de taille. Les substances ingérées peuvent, jusqu'à un certain point, être détoxiquées par le foie. Elles sont en effet absorbées au niveau de l'intestin pour être ensuite transportées par le sang dans le foie, puis le coeur, avant d'être distribuées aux autres organes via la circulation générale. Or, le foie est un organe très important qui peut transformer bon nombre de substances en les détoxiquant. C'est par exemple le cas de l'alcool qui est détoxiqué par le foie lorsqu'il est consommé en faibles quantités. Les substances inhalées, elles, passent facilement dans la circulation sanguine au niveau des poumons, puis elles vont directement dans le coeur avant d'être distribuées dans tous les organes, sans avoir d'abord pu passer par le foie. Ceci explique peut-être pourquoi la fumée provoque des cancers dans des organes aussi différents.

ASH (Action on Smoking and Health) : The safer cigarette: what the tobacco industry could do...and why it hasn't done it. Londres, mars 1999

(disponible à l'adresse Internet :
www.ash.org.uk/html/regulation/html/patent.html)

CISC (Communauté de l'industrie suisse de la cigarette): Le tabac en Suisse. Fribourg, février 2002

National Cancer Institute : Risks associated with smoking cigarettes with low tar machine-measured yields of tar and nicotine. Smoking and tobacco control monograph No. 13. Bethesda, octobre 2001 (disponible à l'adresse Internet : <http://cancercontrol.cancer.gov/tcrb/monographs/>)

Liste des composants de la fumée de cigarette considérés comme étant cancérigènes

acétaldéhyde; acétamide; acrylonitrile; 4-aminobiphényle; aniline; o-anisidine; benz[a]anthracène; benzène; benzo[b]fluoranthène; benzo[j]fluoranthène; benzo[k]fluoranthène; benzo[a]pyrène; 1,3-butadiène; chrysène; DDT; dibenza[a,h]acridine; dibenza[a,j]acridine; dibenz[a,h]anthracène; 7H-dibenzo[c,g]carbazole; dibenzo[a,e]pyrène; dibenzo[a,h]pyrène; dibenzo[a,i]pyrène; dibenzo[a,l]pyrène; 1,1-diméthylhydrazine; formaldéhyde; hydrazine; nitrosamines (N-nitrosodiéthanamine; N'-nitrosornicotine; N-nitrosodi-n-butylamine; N-nitrosodiéthylamine; N-nitroso-n-méthyléthylamine; N-nitrosopipéridine; N-

nitrosopyrrolidine); 2-naphthylamine; 2-nitropropane; styrène; 2,3,7,8-tétrachlorodibenzo-p-dioxine 2-toluidine; uréthane; chlorure de vinyl; arsénic; cadmium; chrome VI; plomb; nickel

Cette liste résulte de la compilation des sources suivantes :

California Code of Regulations. Title 22, Section 12000 (Proposition 65). 1994*

California Air Resources Board : Toxic air contaminant identification list. Sacramento, avril 1993*

International Agency for Research on Cancer : IARC Monograph, Volume 54. Lyon, 1992

Löfroth G., Zebühr Y. : Polychlorinated dibenzo-p-dioxins (PCDDs) and dibenzofurans (PCDFs) in mainstream and sidestream cigarette smoke. Bulletin of Environmental Contamination and Toxicology 1992 ; 48 : 789-794

US Environmental Protection Agency : Respiratory health effects of passive smoking : lung cancer and other diseases. Publication No. EPA/600/6-90/006F. Washington, décembre 1992.

* Un résumé de ces deux listes est présenté aux pages 15 et 16 de :

National Cancer Institute : Health effects of exposure to environmental tobacco smoke : The report of the California Environmental Protection Agency. Smoking and tobacco control monograph No. 10. Bethesda, 1999. (disponible à l'adresse Internet : <http://cancercontrol.cancer.gov/tcrb/monographs/>)

Berne, mai 2003