



BELGIAN NURSING DAY 2024

7 DÉCEMBRE





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Consommation de tabac :
vers une Belgique en bonne santé ?

Antoine Fremault
Grand Hôpital de Charleroi



**BELGIAN NURSING
DAY 2024 7 DÉCEMBRE**

Aucun conflit d'intérêt



- Back to basics !
- De quoi parle-t-on ?
- Quoi de neuf ?
- Et la santé ?
- Et si j'arrête ?
- Et si je diminue ?
- J'ai arrêté mais...
- Consommation de tabac : vers une Belgique en bonne santé ?
- Mais qui voilà !



Back to basics !

Le tabagisme est :

la cause évitable de mortalité dans le monde

responsable de 8 millions de morts dans le monde (2030 / maladies cardiovasculaires, cancer et BPCO)

la troisième substance, après le café et l'alcool, la plus consommée dans le monde (25 % de la population)



Selon l’OMS, le tabagisme est

une maladie addictive chronique

classé parmi les toxicomanies

“ syndrome de dépendance lié au tabac “



Etat psychique et physique résultant de l'interaction entre un organisme et une substance psychoactive, état caractérisé par des réponses comportementales avec des compulsions à prendre la substance pour ressentir ses effets psychiques agréables et éviter l'inconfort de son absence.



En conséquence :

Prise en charge diagnostique et thérapeutique spécifique

Problème de santé publique prioritaire



La dangerosité de la consommation du tabac est clairement établie.

L'intensité de la dépendance au tabac est plus forte que celles liées à l'alcool, au cannabis ou aux drogues de synthèse et voisine de celles à la cocaïne et à l'héroïne.

De quoi parle-t-on ?

Tabac

Plante qui contient de la
nicotine



Additifs

800 à 1400 additifs sont ajoutés
dans le tabac





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

- Miel, menthol, sucres, réglisse = adoucir
- Réglisse, sucres, miel, cacao, chocolat, beurre de cacao = donner un goût de friandise
- Cacao (théobromine) = faciliter l'inhalation
- Ammoniaque = augmenter la résorption de la nicotine et donc la dépendance
- Acétaldéhyde = augmenter les effets de la nicotine
- Lévulinate de nicotine = augmenter liaison aux récepteurs
- Masquer les odeurs désagréables = odeur de l'acroléine (pneu brûlé)
- Réduire l'opacité de la fumée
- Réduire la visibilité de la fumée latérale
- Améliorer le parfum du courant latéral
- ...

AUTOPSIE D'UN MEURTRIER



Lors de sa combustion, la cigarette produit une fumée qui contient environ 4000 substances toxiques (dont au moins 50 cancérigènes). Sur les paquets, seuls goudrons et nicotine sont indiqués. Certains composés proviennent de l'environnement (pesticides, produits radioactifs), d'autres composés sont ajoutés, comme l'ammoniac qui favorise la fixation de la nicotine et la dépendance. Certains plants de tabac sont génétiquement modifiés afin de rendre la nicotine plus « efficace ».

* SUBSTANCES CANCÉRIGÈNES CONNUES 14, rue Corvisart - 75013 Paris - www.ligue-cancer.net 0810 111 101





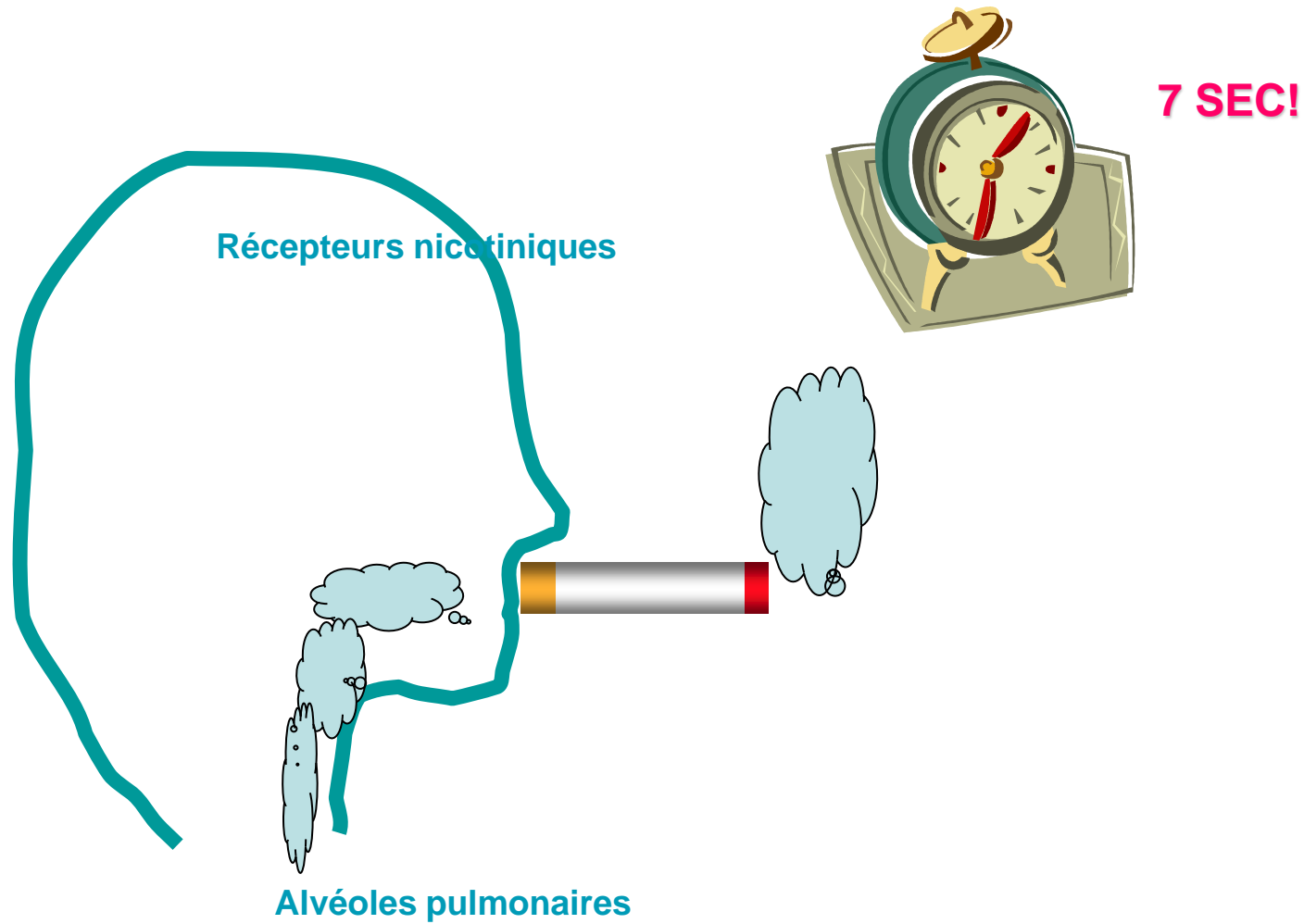
BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

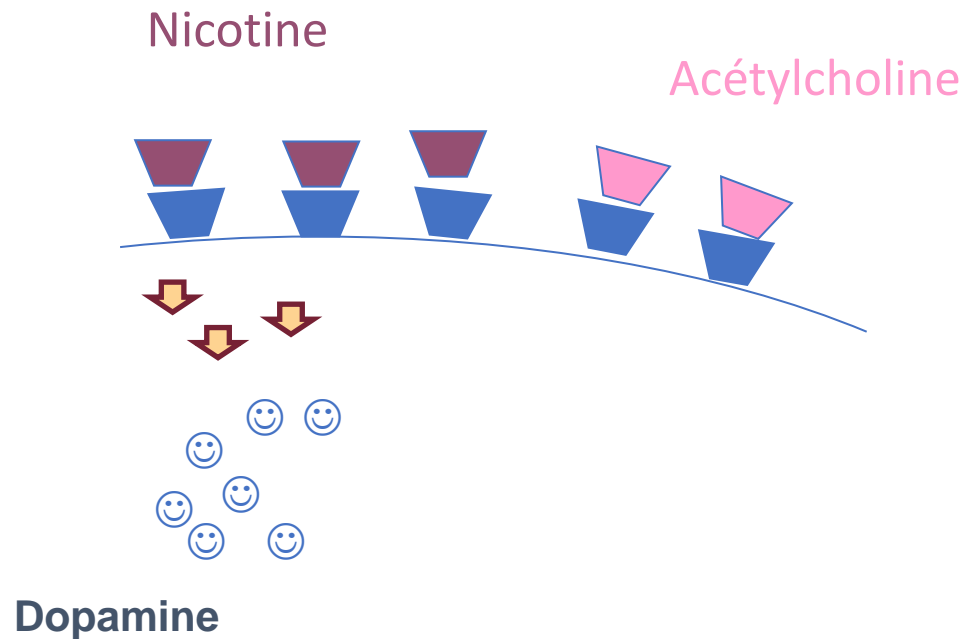
“La fumée est le meilleur transporteur de nicotine et la cigarette le meilleur moyen de délivrer de la fumée”...

WL DUNN 1972, Philip Morris Document 18089, Minnesota Trial.



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

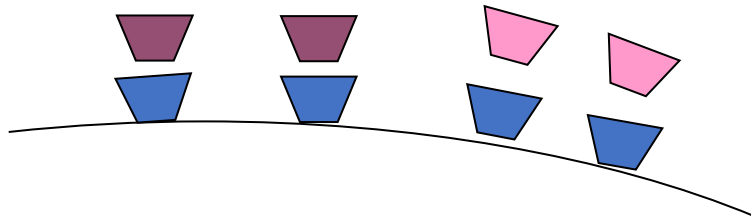




**Zone de récompense
du cerveau**

La nicotine mime l'action d'un neurotransmetteur (l'acétylcholine).

Elle se fixe sur des récepteurs et engendre une série d'effets « psychoactifs »

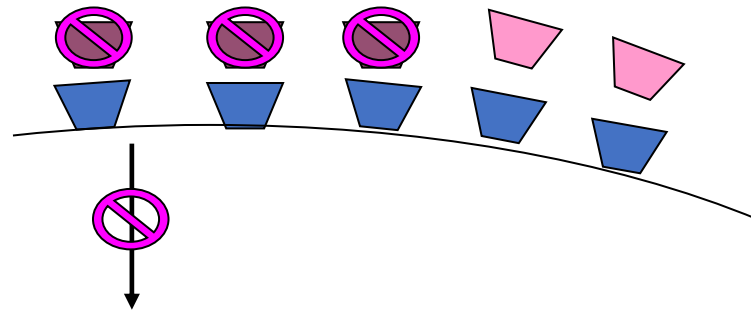


Effets psychoactifs:

- augmentation des b-endorphines
- effets sur l'humeur
- effets sur la concentration
- effets sur l'éveil
- régule le poids

Autres effets:

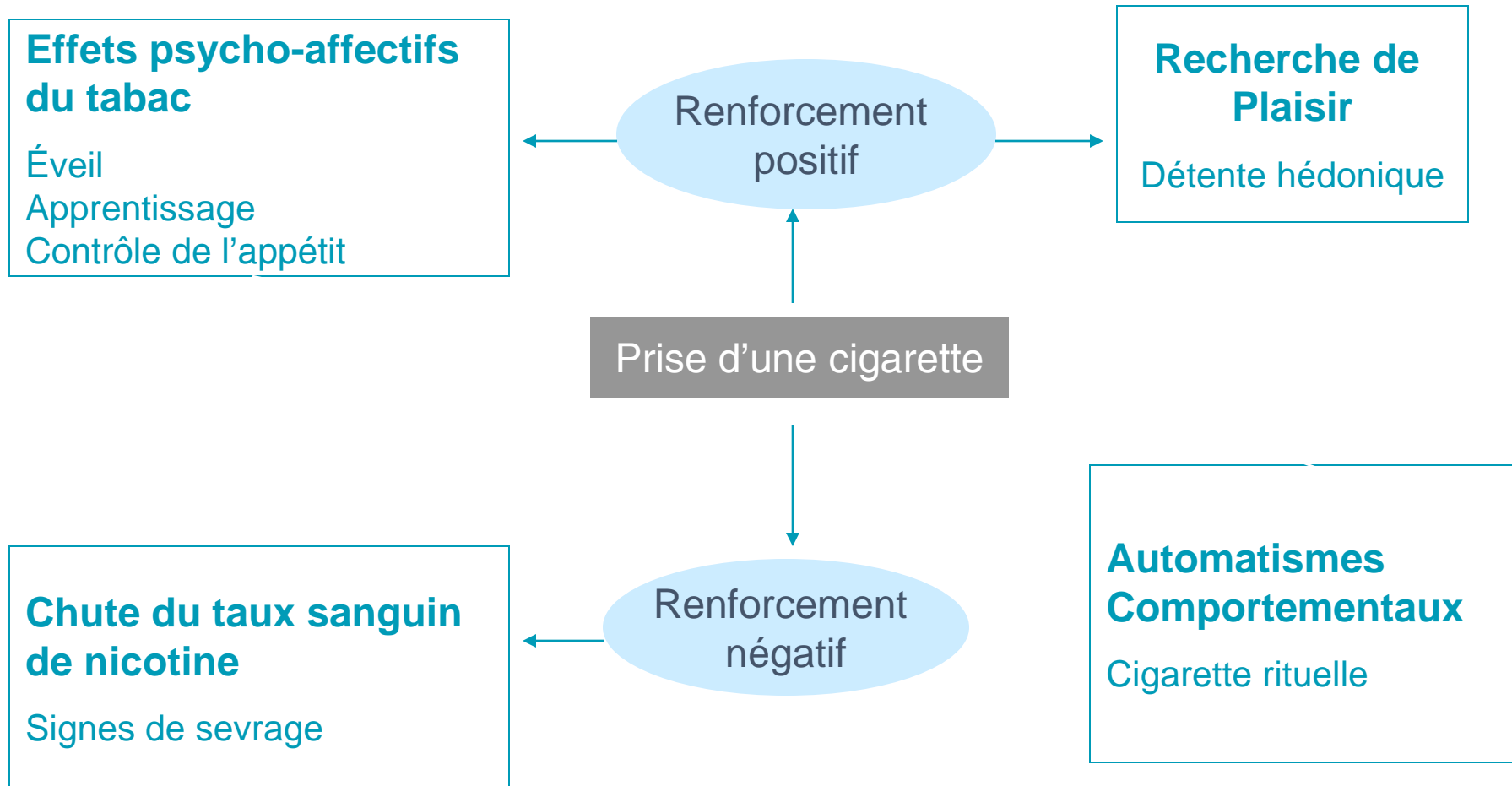
- ↑ fréquence cardiaque/vasoconstriction artérielle/tension artérielle
- ↑ les androgènes (voix rauque)
- ↑ acides gras circulants
- ↑ rythme respiratoire
- ↑ vidange intestinale
- ↑ sécrétions acides estomac
- ↑ glycémie
- ↑ lipolyse (diminution masse grasseuse)
- ↑ effets myorelaxants de courte durée (détente)



On ressent les effets
dus au manque de
nicotine

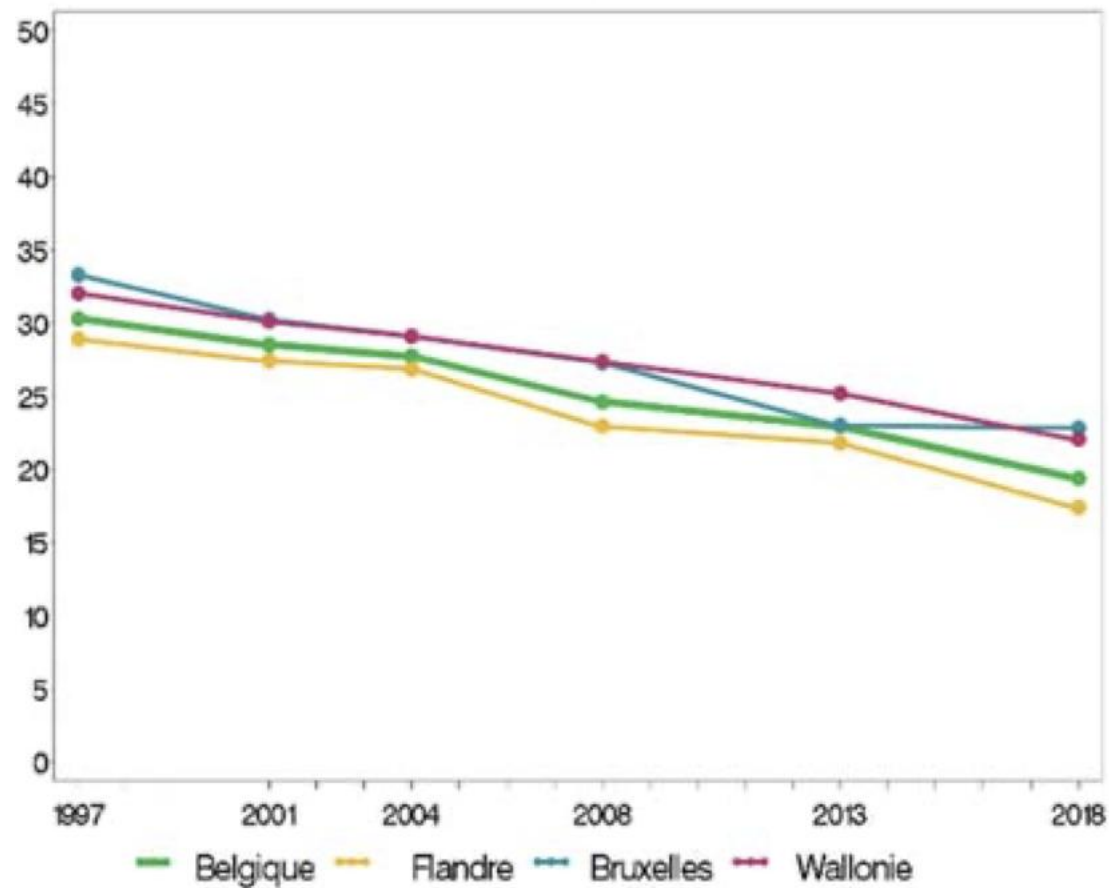
Les symptômes de manque:

- humeur dépressive
- irritabilité, frustration
- anxiété
- difficultés de concentration
- fièvre
- insomnies
- diminution du rythme cardiaque
- augmentation de l'appétit
- fortes pulsions à fumer





Quoi de neuf ?





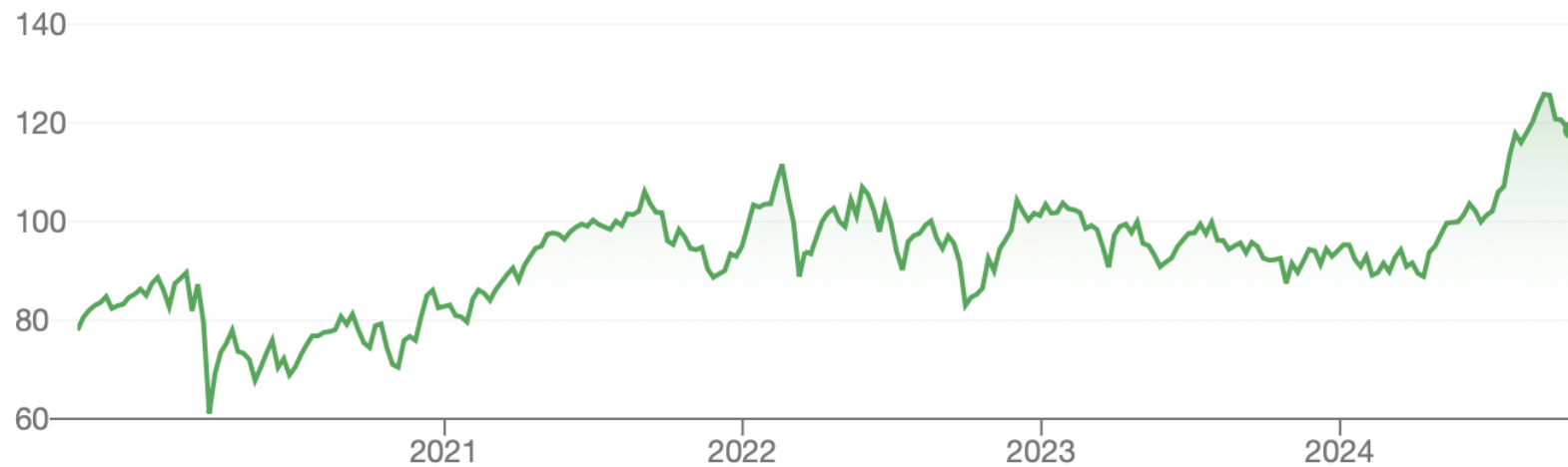
BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

118,39 USD

+40,44 (51,88 %) ↑ depuis 5 ans

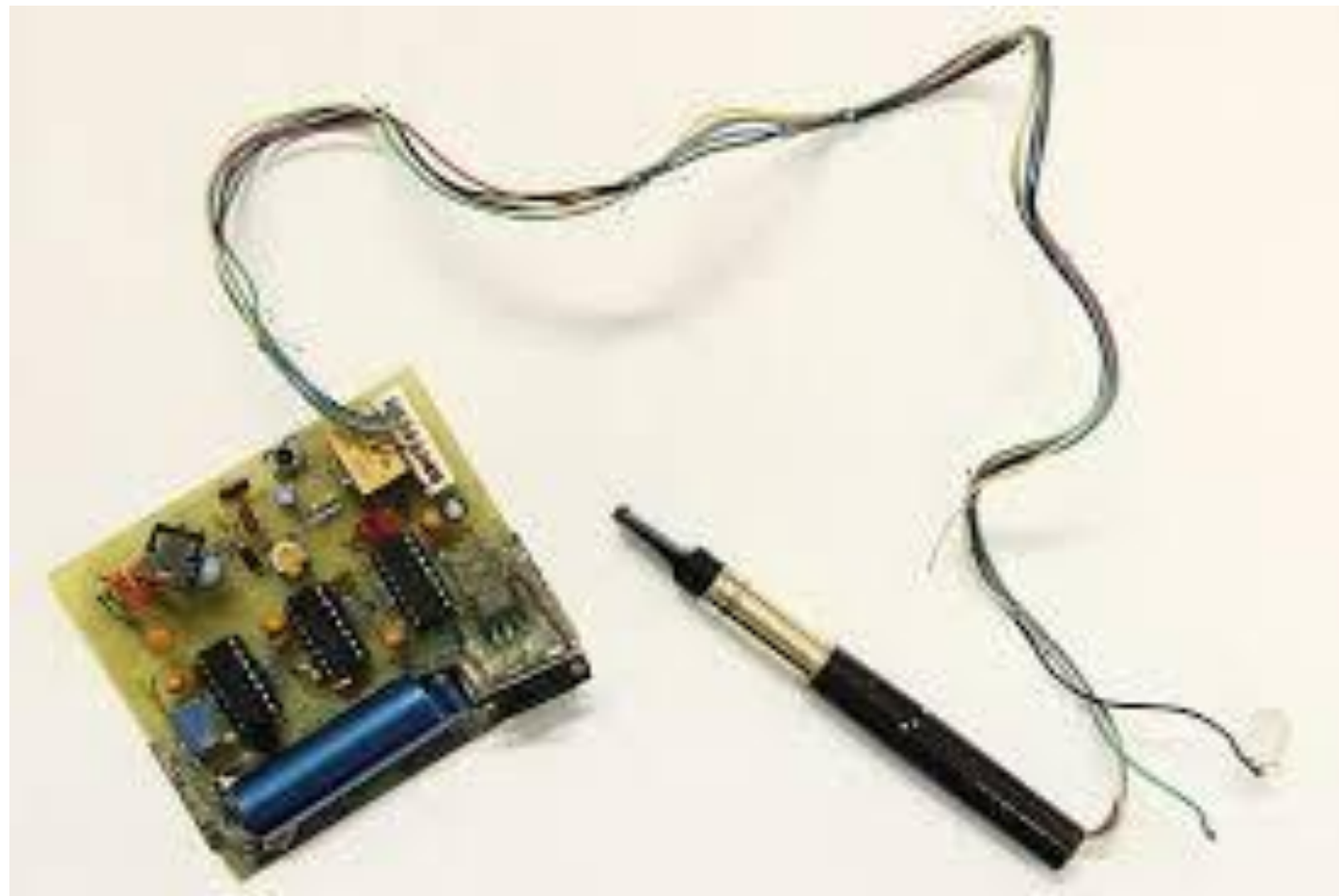
7 oct., 09:50 UTC-4 • Clause de non-responsabilité

1 j | 5 j | 1 m | 6 m | YTD | 1 a | 5 a | Max.





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

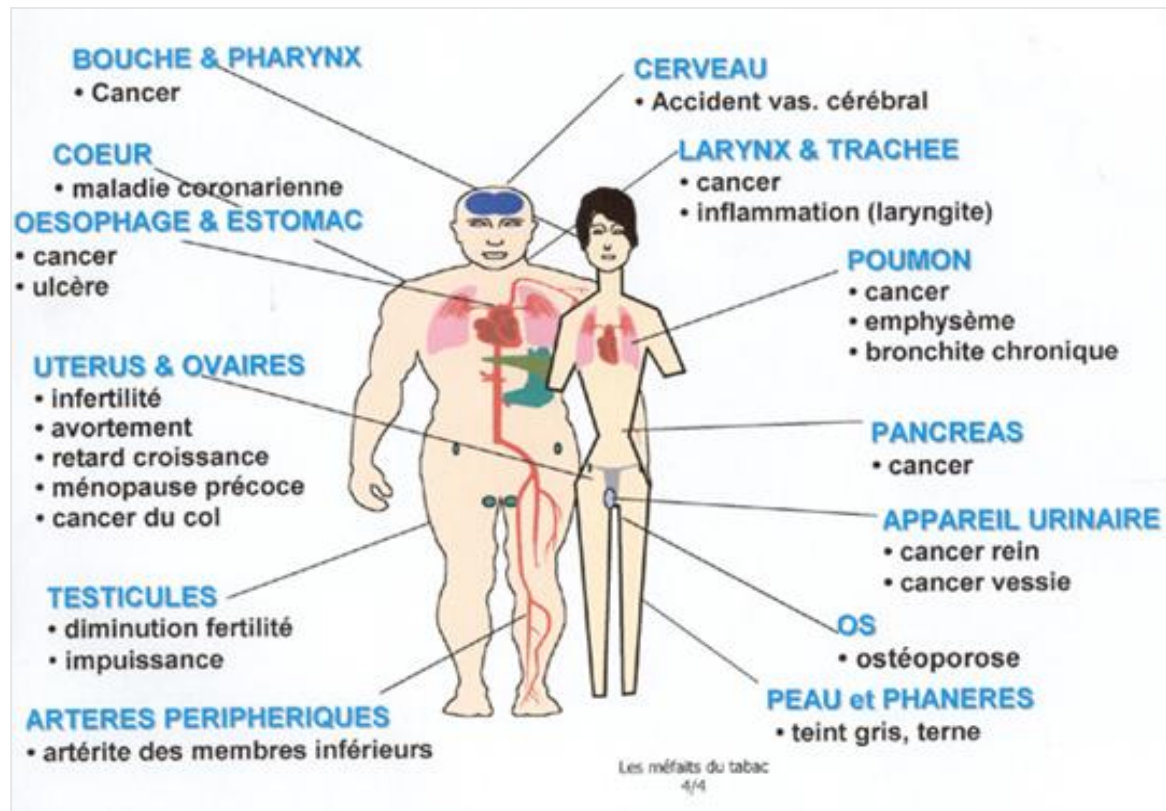




BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE



Et la santé ?





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Dépister tous les patients qui fument et leur proposer une aide au sevrage (prise en charge psychologique avec moyens pharmacologiques) est, d'un point de vue de la santé publique, la mesure la plus utile.



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

- Conseil court : faire prendre conscience du problème en quelques minutes > 1 à 3% d'arrêt à 6 mois !
- Stratégie des 5 A
 - To ask
 - To assess
 - To advice
 - To assist
 - To arrange
- NRT / Zyban / (Champix) / (Cytisine)
- Entretien motivationnel / thérapie de soutien / ligne Tabac-Stop (0800 11 000) / prévention
- Consultations de tabacologie / CAF (www.fares.be)
- E-cigarette

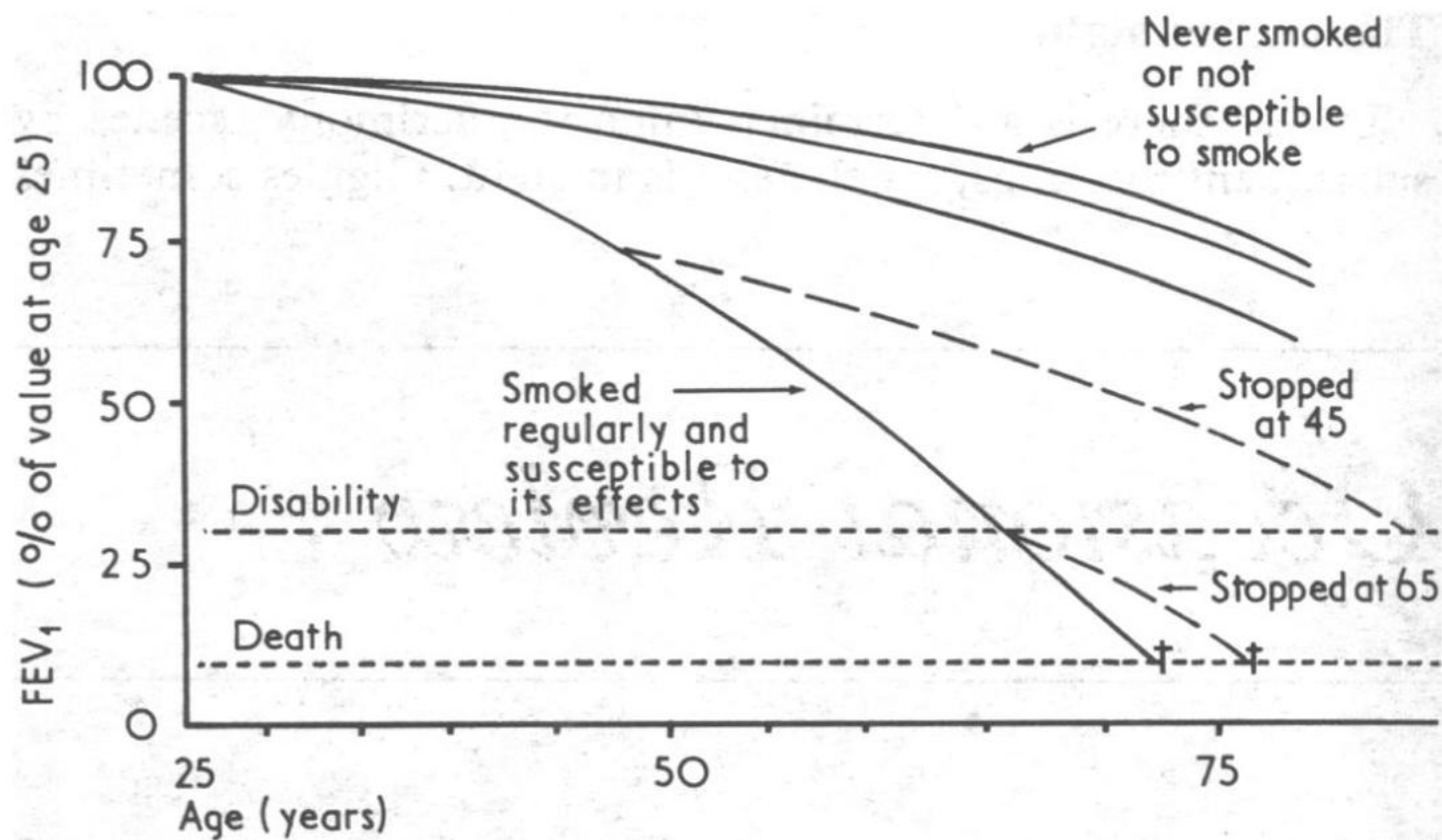


Et si j'arrête ?

- Bénéfique à tout âge mais au plus tôt, au mieux !
- Vivre plus longtemps et avoir moins de risque de développer une maladie liée au tabac
- Vivre plus longtemps même si une maladie liée au tabac s'est développée



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE





Et si je diminue ?





J'ai arrêté mais ...

- Craving
- Syndrome de sevrage : prise de poids, appétit majoré, dysphorique ou dépressif, insomnie, irritable, anxieux, troubles de la concentration et nervosime
- Prise de poids : 4 à 5 kg (en moyenne ...)
- Symptômes psychiatriques : anxiété et dépression mais rien d'autre, y compris chez les patients souffrant d'affection psychiatrique
- Toux



Consommation de tabac : vers une Belgique en bonne santé ?

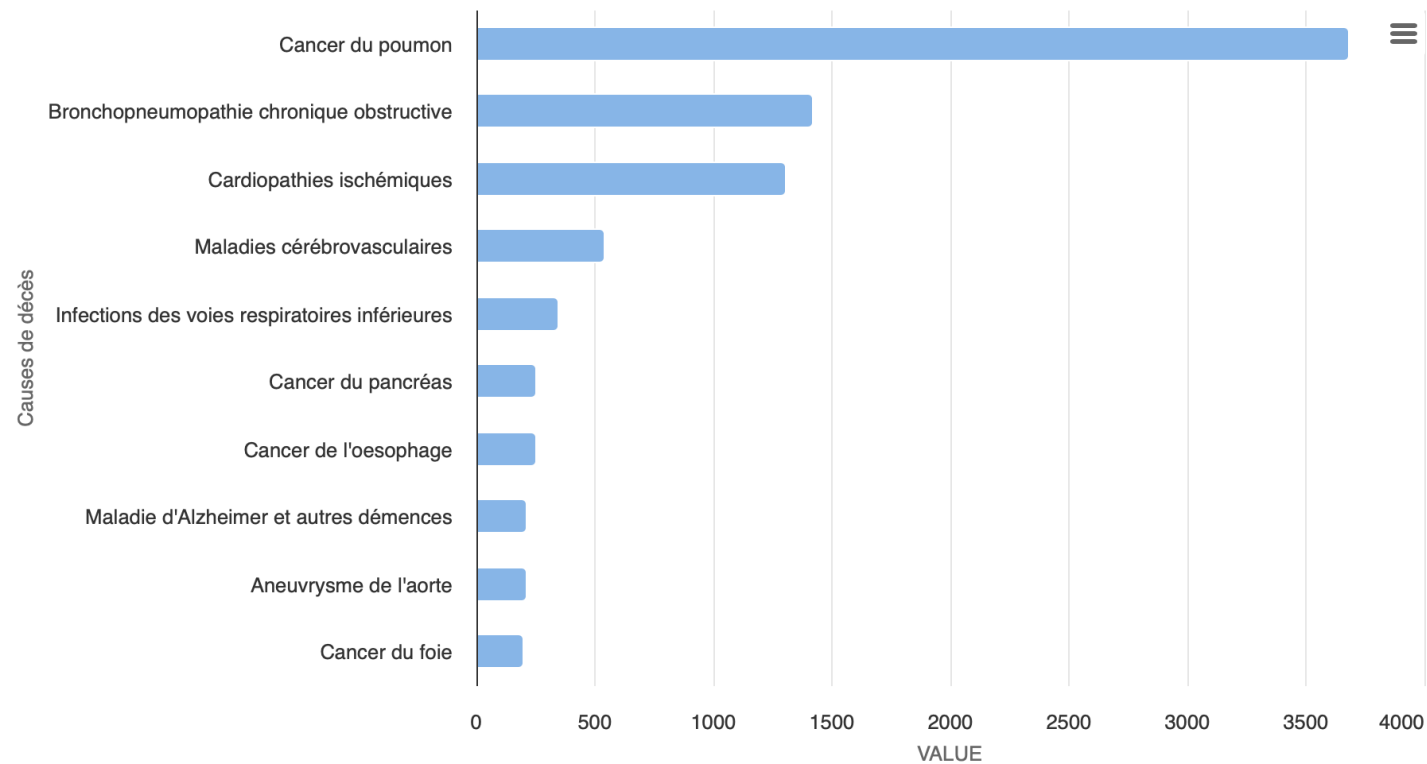
En 2020, le tabagisme a été à l'origine de 9413 décès, soit 7,4 % de l'ensemble des décès en Belgique.



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Classement des 10 principales causes de décès attribuées au tabagisme, en nombre de décès, dans les deux sexes, tout âges confondus, Belgique, 2020

Source: Calculs des auteurs sur base des données de [Statbel](#) [1]

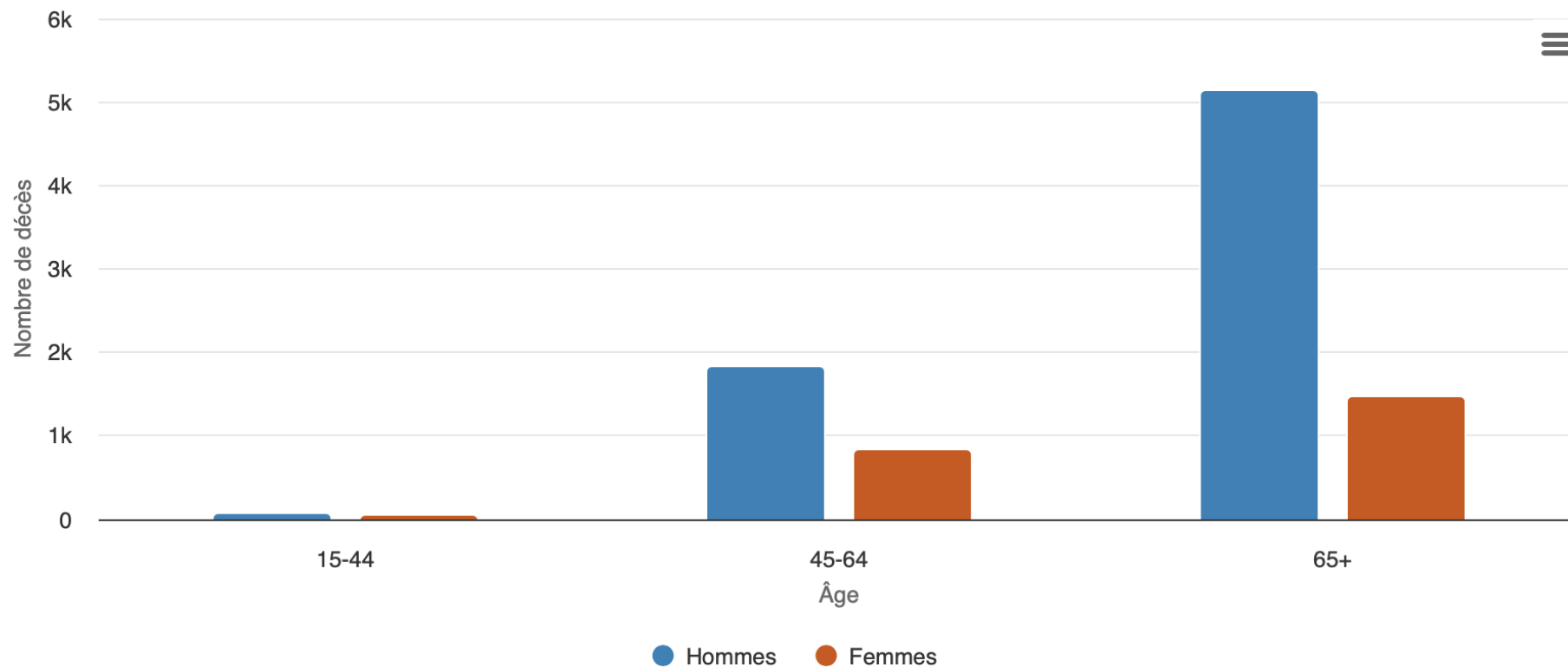




BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Distribution du nombre de décès associés au tabagisme, par âge, par sexe, Belgique, 2020

Source: Calculs des auteurs sur base des données de [Statbel](#) [1]

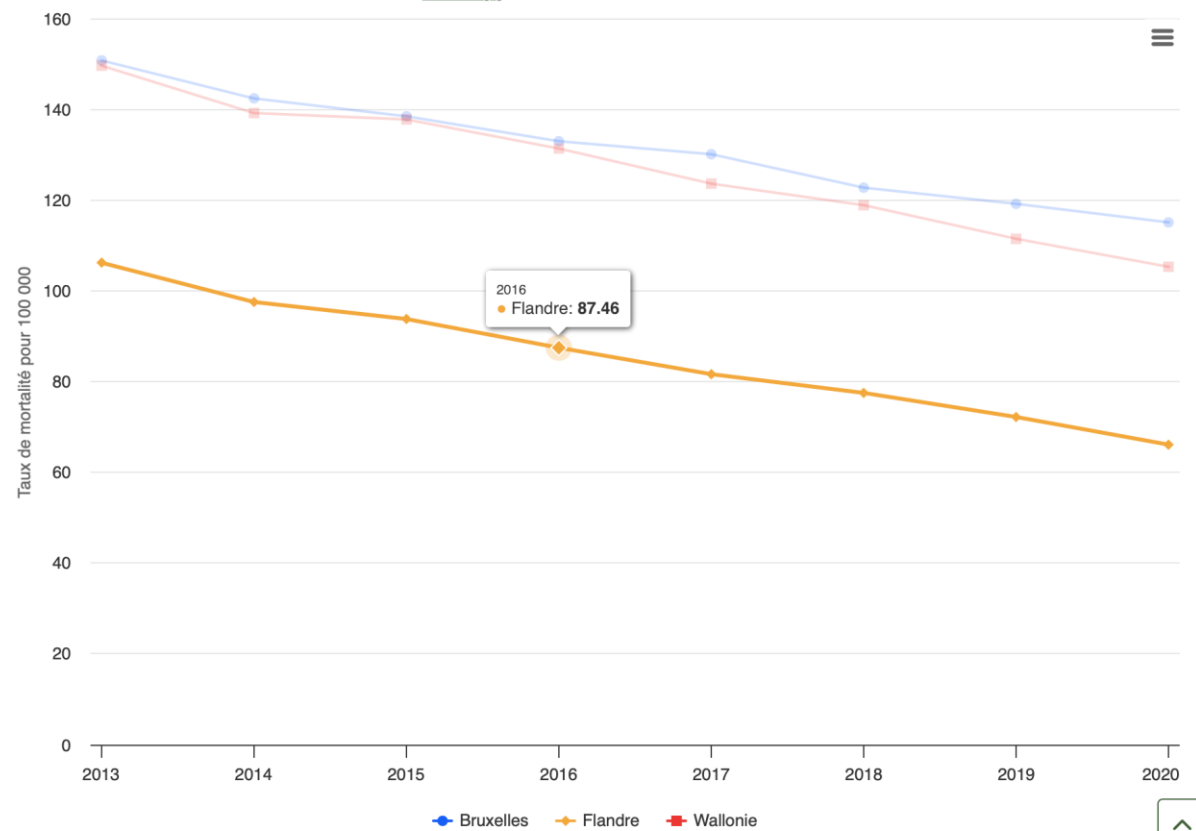




BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Taux de mortalité associés au tabagisme, ajustés pour l'âge pour 100 000 par région, pour les deux sexes, 2013-2020

Source: Calculs des auteurs sur base des données de [Statbel \[1\]](#)

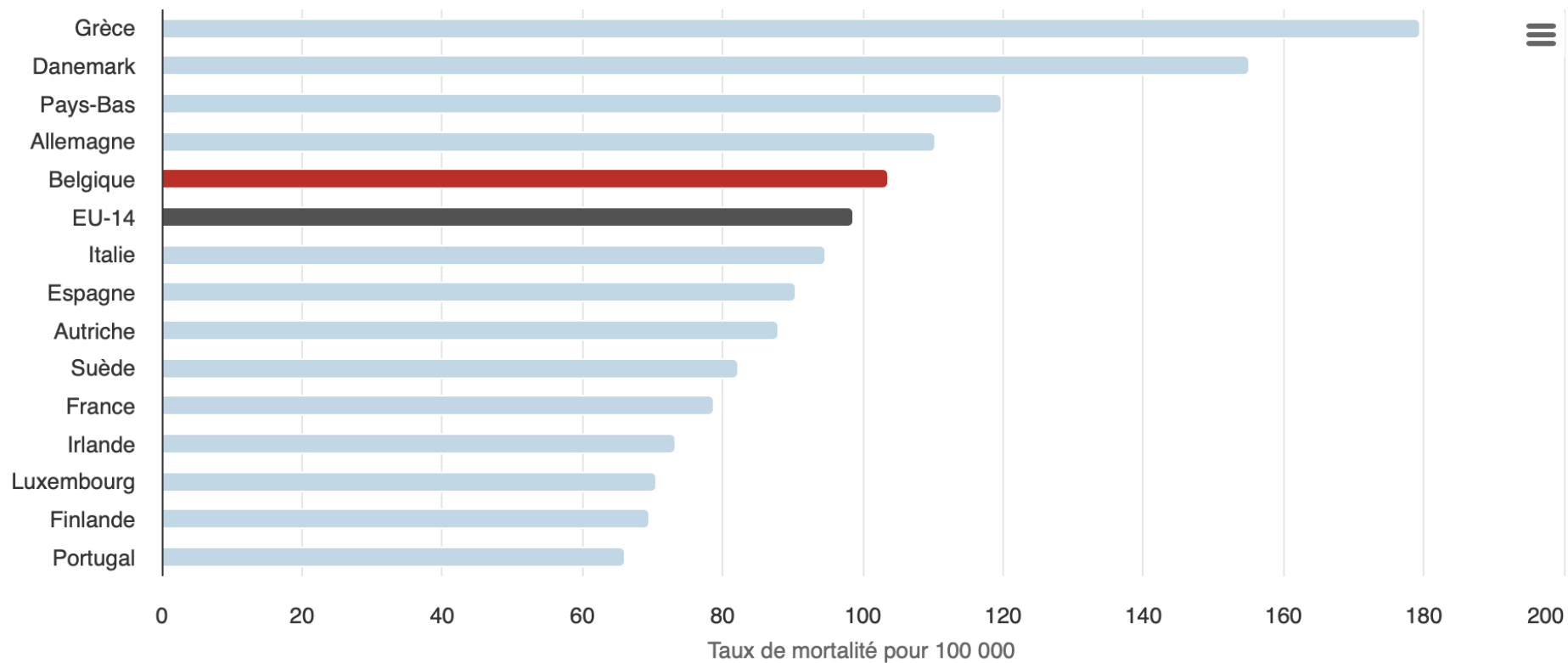




BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Taux de mortalité ajustés pour l'âge pour 100 000, par pays de résidence (UE-14), 2021

Source: [Etude GBD 2021 \[2\]](#)

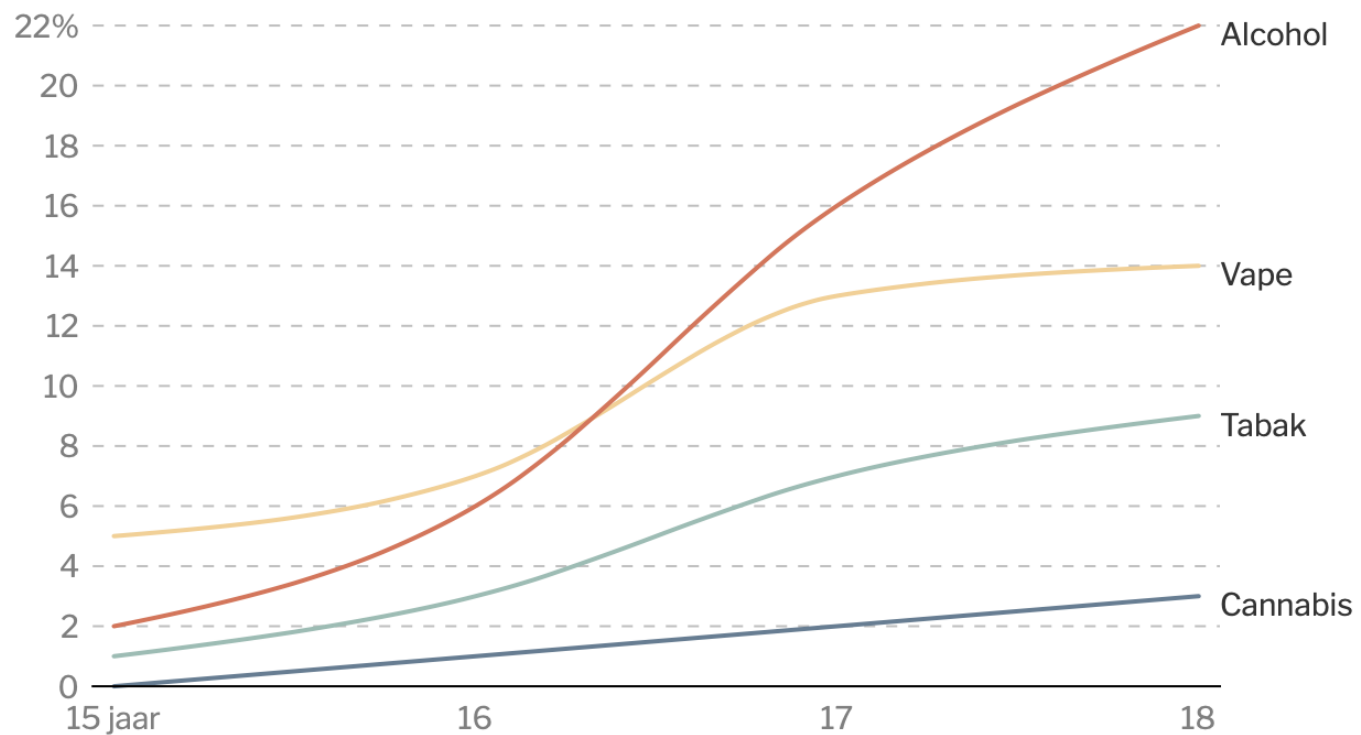




BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Gebruik je wekelijks?

Per leeftijd





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Rôle SPF Santé publique

Les autorités publiques font de la lutte contre le tabac une priorité de santé publique. Le SPF Santé publique joue un rôle majeur dans ce cadre. Ses missions spécifiques sont :

- ▶ la préparation, la mise en œuvre et l'évaluation des politiques relatives aux produits à base de tabac, aux produits à fumer à base de plantes et aux cigarettes électroniques ;
- ▶ la gestion de la base de données de notification des produits à base de tabac, des produits à fumer à base de plantes et des cigarettes électroniques ;
- ▶ le contrôle du respect des législations en la matière : interdiction de fumer dans les lieux publics, étiquetage des paquets, composition des produits, interdiction de vente aux mineurs, interdiction de publicité,... ;
- ▶ la participation active à la lutte contre le tabagisme au niveau européen et mondial.



**BELGIAN NURSING
DAY 2024 7 DÉCEMBRE**

STRATÉGIE INTERFÉDÉRALE 2022-2028 POUR UNE GÉNÉRATION SANS TABAC

VERSION 23 MARS 2022



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE



Fondation contre le Cancer

0800 111 00
Arrêter de fumer.
C'est possible!

Une initiative de la



A propos de Tabacstop

Professionnels

NL

FR

rechercher >



Suis-je dépendant?

Comment arrêter?

Pourquoi arrêter?

Persévérer

Produits nicotiniques

Soutenir un proche



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

Suivez-nous   

[Accueil](#) | [Partenaires](#) | [Nouvelles](#) | [FAQ](#) | [Chercher...](#)



 [Se connecter](#)

[NL](#) | [FR](#) | [EN](#)

*Generations
Sans
Tabac*

Comment appliquez-vous
la législation de l'exten-
tion des espaces sans ta-
bac ?

Téléchargez notre
signalisation gratuite

[Votre club de sport sans tabac](#)



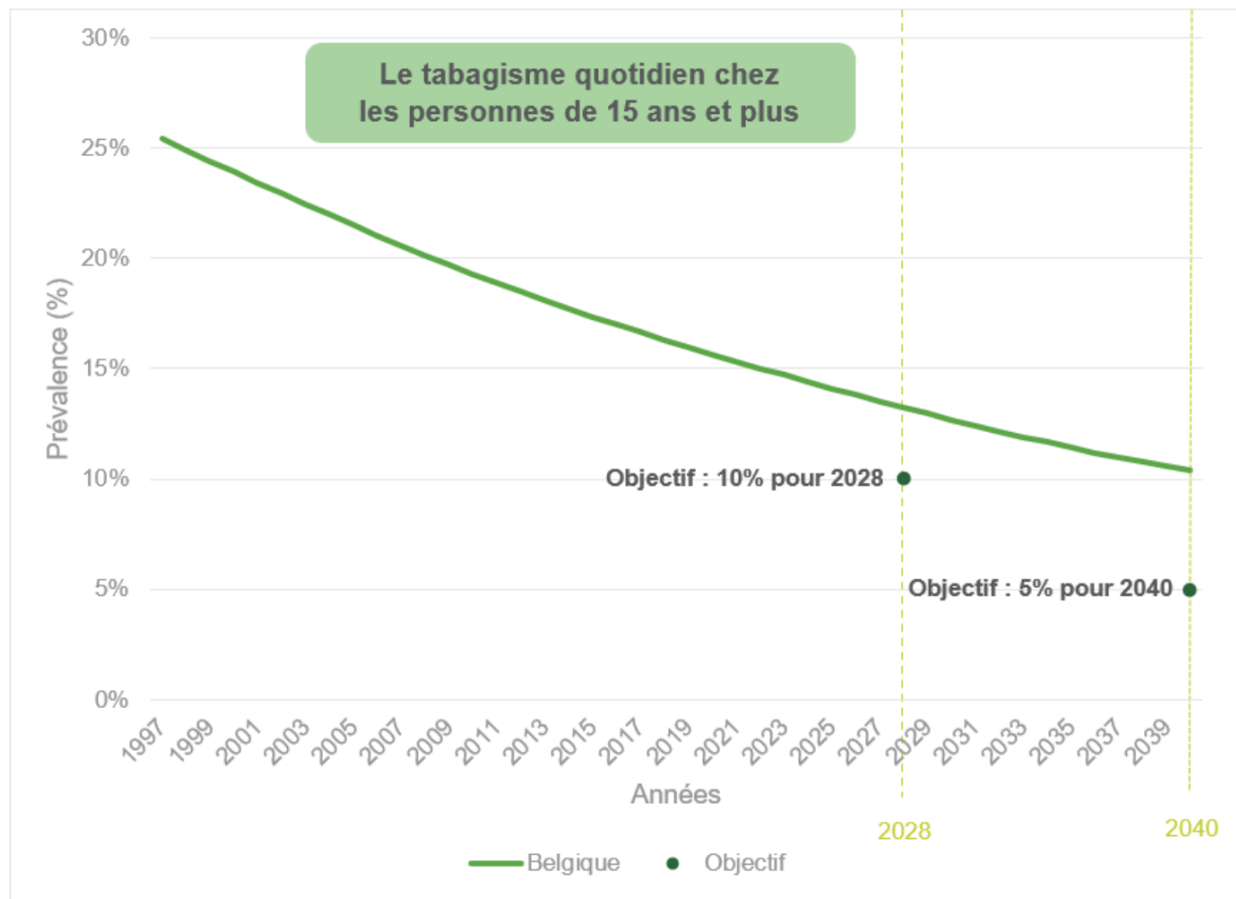
[Boutique en ligne](#)

[Qui sommes-nous?](#) [Environnements sans tabac](#) [Que puis-je faire ?](#) [Contact](#)

Nous aspirons à une société dans laquelle chaque enfant
né à partir de 2019,
pourra grandir sans fumer.



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE





**BELGIAN NURSING
DAY 2024 7 DÉCEMBRE**

Mais qui voilà !



CIMABEL CIGARETTE MANUFACTURERS OF
BELGIUM AND LUXEMBOURG

Cimabel (en toutes lettres Cigarette Manufacturers of Belgium and Luxembourg) est la fédération belgo-luxembourgeoise des fabricants de cigarettes. Nous défendons les intérêts de nos membres dans les deux pays. En tant que centre de connaissance et d'expertise en matière de cigarettes et de politique du tabac, Cimabel entend jouer le rôle d'interlocuteur pour les décideurs politiques et les médias. Nous sommes partisans d'une réglementation à la fois raisonnable, concertée et fondée sur des preuves.



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE



L'industrie du tabac crée

18.000

emplois en Belgique



Les ventes de produits du tabac
rapportent

3.5

MILLIARDS

au Trésor public belge



Les taxes représentent

79%

du prix d'un paquet de cigarettes

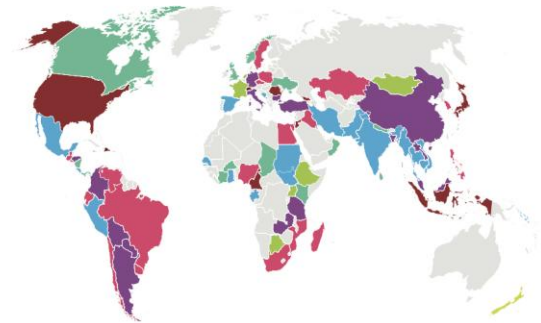
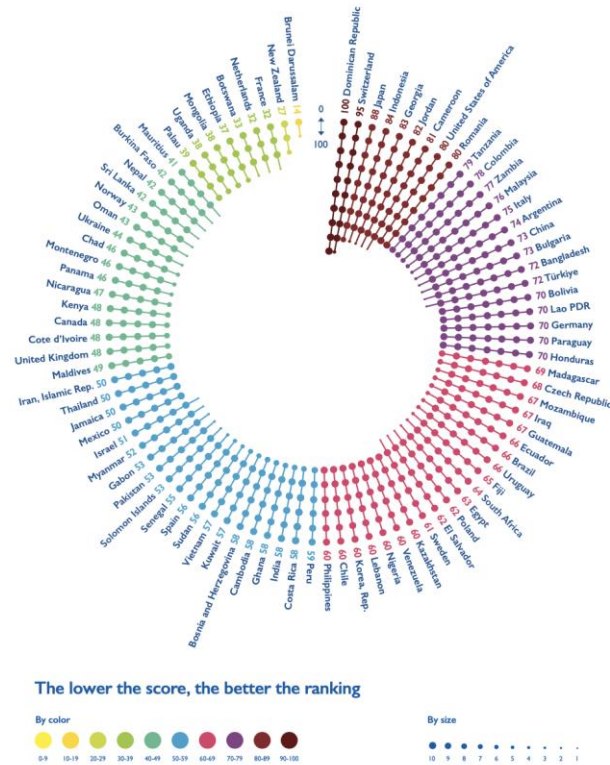


La Belgique figure dans le

TOP 5

des pays de l'UE où les cigarettes
sont les plus chères

Figure I: Tobacco industry interference overall country ranking



LEAST INTERFERENCE

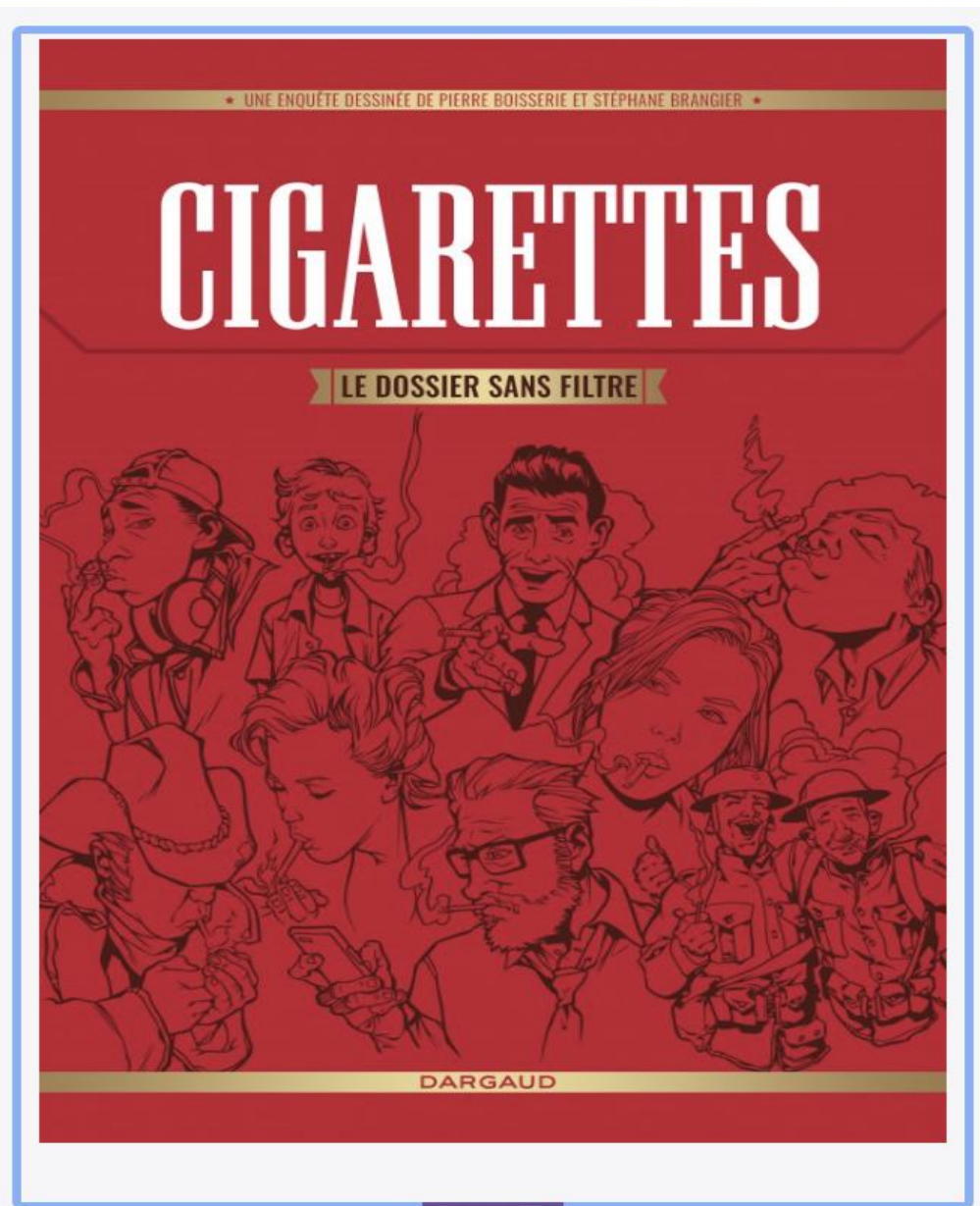


MOST INTERFERENCE





BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE





Take home message

- Dépister le tabagisme
- Syndrome de dépendance
- Existence de solutions
- Rôle majeur de tout professionnel de la santé



BELGIAN NURSING DAY 2024 7 DÉCEMBRE

