

CIGARETTE ÉLECTRONIQUE

Quand les certitudes partent en fumée

Depuis quelques mois, les mêmes questions brûlent toutes les lèvres en Europe : quels sont les dangers de la cigarette électronique ? Et peut-on l'identifier à un substitut nicotinique, voire à un produit de sevrage, même la recommander à certains fumeurs ?



© FRANÇOIS GUÉNÉT

CE QUI FAIT DÉBAT

Jusqu'à l'été dernier, la cigarette électronique flottait en France dans un épais brouillard juridique : le dispositif, qui peut ou non contenir de la nicotine mais pas de tabac, qui produit de la vapeur mais pas de fumée, n'était pas assimilé à un produit du tabac. Le quasi-million de consommateurs pouvait ainsi « vapoter » librement, à tout âge et en tous lieux sans se préoccuper d'une possible accoutumance ou dangerosité. Les autorités françaises se sont donc saisies du sujet, avec, à la clé, une législation qui promet d'être plutôt stricte : après avoir soutenu un rapport détaillé sur le sujet*, le ministère de la Santé a annoncé l'interdiction de la publicité pour les e-cigarettes au moment où les députés votaient celle de la vente aux mineurs. Quant à la possibilité de les bannir des lieux publics, à l'heure où nous écrivons ces lignes, elle est examinée par le Conseil d'État. Cette régulation des risques occultera-t-elle les avantages probables de l'e-cigarette par rapport à la cigarette ? Le manque de certitudes scientifiques est flagrant.



© FRANÇOIS GUÉNÉT/INSERM

Pier Vincenzo Piazza

Directeur du Neurocentre Magendie (unité 862 Inserm/Université Bordeaux 1 – Université de Bordeaux), responsable de l'équipe Physiopathologie de l'addiction

« On devrait encourager le passage à l'e-cigarette »

La cigarette électronique est le meilleur produit de substitution à la cigarette. Comme celle-ci, elle libère la nicotine par la voie respiratoire. Son accès au cerveau et son élimination sont donc très rapides. Cette caractéristique la rend très acceptable par les fumeurs : la rapidité d'accès au cerveau détermine la sensation provoquée par une drogue. Les patches, eux, libèrent la nicotine de façon stable et prolongée, ce qui atténue le mal-être dû au sevrage mais ne donne pas l'impression

d'avoir fumé. Mais alors, par sa similitude d'effets, l'e-cigarette comporte-t-elle des risques de dépendance ? Probablement, mais moins que la cigarette, qui contient d'autres substances addictives.

Nous n'avons pas de traitement efficace du tabagisme, la rechute à six mois est de 80 % ! Or, la nicotine seule fait moins de dégâts que les nombreux facteurs cancérigènes du tabac et de sa fumée. En termes de santé publique, le passage des fumeurs à l'e-cigarette serait un progrès considérable que l'on devrait encourager. Pourquoi stigmatiser les e-fumeurs dans des lieux publics où l'alcool, drogue très néfaste, est autorisé ? De même, en interdisant aux mineurs fumeurs de passer à l'e-cigarette, avons-nous le droit de les condamner à une dépendance bien pire ? Le tabagisme est la première cause de maladie des pays développés. Pour le combattre, notre société a le devoir d'abandonner le moralisme idéologique et de se tourner vers un pragmatisme fondé sur la logique.



© FRANÇOIS GUÉNÉT/INSERM

Bertrand Dautzenberg

Tabacologue, professeur de pneumologie, GHU Pitié-Salpêtrière, UPMC Paris 6, président de l'Office français de prévention du tabagisme

Nous ne pouvons pas attendre que toutes les incertitudes scientifiques soient levées avant de réglementer l'e-cigarette dont le marché ne cesse de croître depuis deux ans. En l'état actuel de nos connaissances, il faut éviter

« Le risque est infiniment moins grand qu'avec le tabac »

«vapoter» revient à rouler à 150 km/h dans le bon sens ! En quatre mois, la vente de cigarettes a chuté de 8 % en France. Les e-cigarettes n'y sont pas pour rien. Et pour cause, elles peuvent réduire la dépendance. Après plusieurs jours d'utilisation, beaucoup de fumeurs prennent des doses nicotiques plus faibles. Certains optent pour des parfums éloignés du tabac et parviennent à se sevrer. Sur ces constats individuels, le Parlement européen propose d'assimiler l'e-cigarette à un médicament pouvant faciliter le sevrage. Au Royaume-Uni, elle est déjà remboursée dans le cadre du système de soins. En France,

les « vapoteurs » ont le sentiment de partager une expérience, de former des communautés, et s'initient les uns les autres. Ils apprécient le conseil personnalisé des vendeurs en boutique. Une certification ISO pourrait garantir la qualité des produits. Il faut renforcer ces aspects, grâce auxquels des fumeurs très dépendants peuvent un peu améliorer leur sort.

*Rapport et avis d'experts sur l'e-cigarette, coordonné par le professeur Dautzenberg, Office français de prévention du tabagisme, avec le soutien de la Direction générale de la santé. Mai 2013, 212 p.

www.ofta-asso.fr

qu'elle attire les jeunes vers le tabac, par des campagnes de publicité, des parfums attractifs ou un prix trop bas. À l'inverse, l'e-cigarette intéresse les gros fumeurs. Sans métaux lourds, monoxyde de carbone ni substances cancérigènes (nitrosamines et goudrons), elle est moins nocive que la cigarette, même s'il reste la nicotine et des produits irritants comme l'acétone, des phénols et de l'acide cyanhydrique. Le risque existe mais est infiniment moins grand qu'avec le tabac : si fumer est aussi dangereux que de rouler à contresens sur l'autoroute,

Yves Martinet

Pneumologue, CHU de Nancy, président du Comité national contre le tabagisme (CNCT)

Il est difficile de dire si la cigarette électronique est dangereuse car il y a une diversité de dispositifs, de contenus, nicotiques ou non, et de dosages, y compris très forts, sur Internet. Elle est sans doute moins nocive que la cigarette mais les risques pourraient apparaître très tard, comme pour l'amiante. L'industrie du tabac veut la standardiser pour en faire un produit de consommation régulière. Elle orientera donc vite les « vapoteurs », adultes ou non, vers des produits avec nicotine. Or, de toutes les drogues, c'est la nicotine qui cause la plus forte dépendance – un atout commercial !

Les deux tiers des fumeurs souhaitent arrêter et ils sont prêts à tout essayer. Aucune étude à ce jour ne montre que l'e-cigarette conduit au sevrage. Elle permettra peut-être aux gros fumeurs

de réduire leur consommation mais celui qui fume moins compense en tirant plus fort et plus longtemps sur la cigarette et, au total, inhale autant de produits toxiques. Cette consommation modérée de tabac fumé n'est donc pas efficace, on sait que le risque morbide apparaît dès la première cigarette et augmente avec le temps.

L'interdiction dans les lieux publics est justifiée. Outre le « vapotage » passif, qui existe, elle indique que fumer, ou « vapoter », n'est pas un comportement anodin mais le signe d'une dépendance. Le Conseil d'État tranchera. Mais, pour le CNCT, l'e-cigarette ne doit pas rester en vente libre, ni être confiée aux

« Aucune étude n'a encore montré que l'e-cigarette conduit au sevrage »

buralistes car ils ne respectent pas l'interdiction de publicité ou de vente de tabac

aux mineurs. Nous souhaitons qu'elle ne soit vendue qu'en pharmacie. Tous les produits nicotiques pourraient alors être soit plus ou moins taxés, soit remboursés, selon les risques possibles pour la santé et la dépendance qu'ils provoquent ou aident à traiter.

Propos recueillis par Nicolas Rigaud



© FRANÇOIS GUÉNÉT/INSERM