



---

31 mai 2010  
Journée Mondiale sans Tabac  
« Arrêtez de fumer avant qu'il ne soit trop tard »

---

Dossier de presse

---

## Sommaire

---

<b>Introduction</b> .....	<b>p. 3</b>
<b>Les spécificités du tabagisme féminin</b> .....	<b>p. 4</b>
Un décalage annoncé dans l'épidémie .....	p. 4
Des risques spécifiques aux femmes.....	p. 4
Des stratégies de marketing adaptées au public féminin .....	p. 4
<b>Le tabagisme actif : les risques, les bénéfices de l'arrêt</b> .....	<b>p. 5</b>
Les risques du tabac .....	p. 5
Une perception des risques en évolution .....	p. 6
L'arrêt du tabac diminue significativement les risques .....	p. 6
<b>Une campagne pour faire connaître les risques du tabagisme actif notamment chez la femme</b> .....	<b>p. 8</b>
Deux spots TV : « Arrêter avant qu'il ne soit trop tard. Appelez le 3989 » .....	p. 8
Trois annonces presse ciblant les femmes .....	p. 9
Six spots radio et des bannières web pour promouvoir l'arrêt et Tabac Info Service .....	p. 10
Femmes et marketing de l'industrie du tabac : une affiche soutenant le thème de la journée mondiale sans tabac .....	p. 10
Un dispositif à destination des professionnels de santé centré sur l'aide à l'arrêt.....	p. 10

---

## Introduction

---

Le 31 mai 2010, Journée Mondiale Sans Tabac (JMST), est pour le Ministère de la santé et des sports ainsi que pour l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) l'occasion de rappeler les enjeux de la lutte contre le tabagisme, notamment chez les femmes.

En France, l'épidémie n'en est qu'à ses débuts : les femmes ont commencé à fumer plus tard que les hommes et les conséquences sanitaires du tabagisme féminin vont s'accroître au cours des années à venir. C'est pourquoi il est important de mettre à nouveau l'accent sur les particularités des risques du tabagisme sur la santé féminine.

Cette année, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a choisi de consacrer la Journée mondiale sans tabac au lien entre tabac et appartenance sexuelle, en mettant l'accent sur les « stratégies » marketing des cigarettiers qui ciblent les femmes.

En effet, on compte, dans le monde, plus d'un milliard de fumeurs, dont 20 % environ sont des femmes. L'épidémie féminine de tabagisme est en augmentation dans certains pays et touche particulièrement les jeunes filles. Le nouveau rapport de l'OMS intitulé « *Les femmes et la santé : la réalité d'aujourd'hui, le programme de demain* », montre que la publicité en faveur du tabac cible de plus en plus les jeunes filles. Si dans les 151 pays étudiés environ 7 % des adolescentes, contre 12 % des adolescents, fument des cigarettes, dans d'autres pays, il y a presque autant de filles que de garçons qui fument.

Toutefois, le travail d'information doit aussi s'adresser à tous les fumeurs afin de leur rappeler qu'il existe des risques et que l'arrêt est bénéfique.

---

## Les spécificités du tabagisme féminin

---

### Un décalage annoncé dans l'épidémie

---

En France, chez les femmes, l'épidémie liée au tabagisme en est à ses débuts. En effet, il s'écoule environ trente ans entre le moment où une fraction de la population commence à fumer régulièrement et le moment où les conséquences sur la santé de cette population deviennent détectables. En 2025 en France, les femmes mourront vraisemblablement autant par cancer bronchique que par cancer du sein.

Par ailleurs, le grand public méconnaît les nombreuses répercussions du tabac sur la santé des femmes. Une information est donc nécessaire sur les risques spécifiques encourus par cette population.

### Des risques spécifiques aux femmes

---

#### **Tabac, contraception et risque cardiovasculaire : certaines associations à éviter**

L'association du tabac avec la prise de certaines pilules contraceptives accroît considérablement les risques cardiovasculaires. Certaines combinaisons favorisent ainsi la formation de caillots dans les veines et les artères : le risque de phlébite ou de thrombose veineuse est augmenté et le risque d'infarctus du myocarde peut être multiplié de 4 à 10<sup>1</sup>.

#### **Tabac et grossesse : plusieurs impacts possibles**

- Le tabac entraîne une baisse de la fertilité.
- Fumer allonge le délai de fécondation de trois à quatre fois par rapport aux femmes non fumeuses : le tabac a un effet sur la qualité de la paroi utérine ainsi que sur le flux sanguin indispensable à la nidation.
- Environ 35 % des grossesses extra-utérines seraient attribuables au tabac et certaines études ont montré une augmentation du risque d'avortement spontané chez les fumeuses actives et passives.
- Le tabagisme de la femme enceinte au premier trimestre de sa grossesse fait courir un risque au fœtus, en augmentant la survenue de certaines malformations spécifiques (becs de lièvres, déformations du crâne,...).

#### **Tabac et ménopause : de la ménopause précoce aux fractures du col du fémur**

Le tabac a une action anti-œstrogène qui avance l'âge de la ménopause d'environ deux à trois ans. Il provoque ensuite une aggravation de l'ostéoporose avec notamment une incidence accrue des fractures du col du fémur chez les femmes âgées fumeuses.

### Des stratégies marketing adaptées au public féminin

---

En France, le tabac étant interdit de publicité, l'industrie du tabac développe de nouvelles stratégies en étant toujours présente de manière détournée dans les films, le sport ou en tant que mécène d'associations d'aide à la population. L'industrie crée également des produits inédits, plus amusants, avec des « designs » accrocheurs (paquet, formes de cigarettes allongées,...), des arômes séduisants qui ont vocation à toucher plus particulièrement les femmes et abaissent notre vigilance sur la dangerosité du tabac.

---

<sup>1</sup> Cf. site [www.choisirscontraception.fr](http://www.choisirscontraception.fr) sur les risques spécifiques liés à certaines pilules.

---

## Le tabagisme actif : les risques, les bénéfices de l'arrêt

---

### Les risques de décès diffèrent selon l'appartenance sexuelle

---

Un fumeur sur deux meurt prématurément du fait de son tabagisme ; parmi eux, la moitié a entre 35 et 69 ans<sup>2</sup>.

Les principales causes des décès attribuables au tabac sont **les cancers, les maladies cardiovasculaires et les maladies de l'appareil respiratoire** :

- 90 % des décès masculins et 42 % des décès féminins par cancer du poumon sont attribuables au tabac<sup>1</sup>,
- 60 % des décès masculins par cancer de la bouche/pharynx/larynx/œsophage sont attribuables au tabac<sup>1</sup>.

En France, environ **2 500 000 personnes** sont atteintes de bronchopathies chroniques. **La broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO)** est la cause principale de ces états d'insuffisance respiratoire chronique, dont **80 à 90 % seraient liée au tabagisme**. En termes de décès, les BPCO seraient responsables de **12 500 décès par an**.

### Nombre de décès par type de maladie et appartenance sexuelle<sup>1</sup> :

	hommes	femmes
Cancer	31 000	2 400
Maladies cardiovasculaires	9 900	1 200
Maladies de l'appareil respiratoire	5 300	1 100
Autre	8 700	1 300
Total	55 000	6 000

### Nombre de décès par cancer par appartenance sexuelle<sup>1</sup> :

	hommes	femmes
Poumon	18 600	1 800
Bouche, pharynx, larynx, œsophage <sup>3</sup>	5 500	300
Vessie, reins, pancréas, autres	6 600	300
Total	30 700	2 400

---

<sup>2</sup> Mortality in relation to smoking: Doll and Peto, 50 years' observations on male British doctors

<sup>3</sup> Liés à la fois au tabac et à l'alcool.

## Une perception des risques en évolution<sup>4</sup>

---

### **Chez les fumeurs, une forte augmentation de la crainte des maladies liées au tabac**

Depuis longtemps, les fumeurs se disent bien informés sur les risques liés au tabagisme, cependant l'augmentation de leur crainte des maladies concernées est plus récente et spectaculaire :

- entre 2000 et 2003, on avait ainsi constaté un doublement de la crainte déclarée des fumeurs de 15 ans et plus vis-à-vis des maladies dues au tabac qu'ils pourraient contracter ;
- entre 2000 et 2009, chez les fumeurs de 20 à 54 ans, la crainte des "maladies liées au tabac" est passée au premier rang, très loin devant les accidents de la route et le cancer qui arrivaient en tête en 2000. La crainte de toutes les maladies potentiellement dues au tabagisme a augmenté : de 44 % à 67 % pour les maladies cardiaques et de 60 % à 75 % pour le cancer.

Dorénavant, les fumeurs (principalement les fumeurs réguliers) craignent pour eux-mêmes les maladies liées à leur tabagisme. Cette crainte est d'ailleurs redevenue la principale raison déclarée de vouloir arrêter, devant le prix des cigarettes qui avait été cité comme la principale raison en 2003 – 2004 au moment des importantes hausses de prix.

### **Une progression de la prise de conscience de dangerosité vis-à-vis de la santé**

Trois quarts des fumeurs de 20 à 54 ans (73 %) citent en 2009 un seuil de dangerosité inférieur à la consommation d'un demi-paquet, alors qu'ils n'étaient que 58 % en 2000. La proportion des personnes fixant ce seuil à une cigarette ou moins par jour a quasiment doublé, passant de 21% en 2000 à 38 % en 2009. Pour autant, un quart des fumeurs de 20 à 54 ans fixe le seuil de dangerosité entre cinq à neuf cigarettes par jour, ce qui revient à dire qu'ils pensent qu'on peut fumer jusqu'à quatre cigarettes par jour sans danger.

Pendant la même période, le nombre de fumeurs fixant le seuil de dangerosité du tabagisme à cinq ans ou moins est passé de 27 % à 40 %.

## L'arrêt du tabac diminue significativement les risques

---

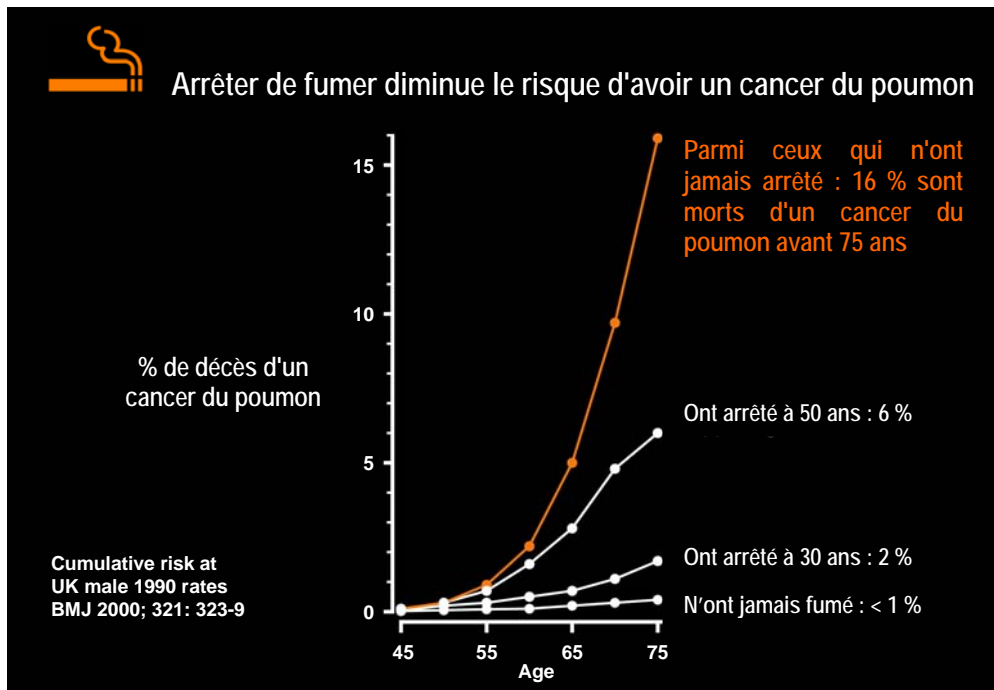
### **Une diminution de la mortalité prématurée**

Fumer tue. Arrêter diminue les risques de mourir prématurément. Plus l'arrêt du tabagisme intervient tôt, plus les risques de mort prématurée sont faibles. L'arrêt du tabac diminue ainsi le risque de mourir de façon précoce quel que soit le moment où il intervient.

---

<sup>4</sup> Les connaissances, attitudes et perceptions des Franciliens à l'égard du tabac ORSIF 2002, enquête prévalence 2003 INPES, enquête KABP 2009 INPES.

Le graphique ci-dessous montre le risque cumulé d'avoir un cancer du poumon avant 75 ans selon que l'on continue à fumer ou que l'on arrête à différents âges :



### Des bénéfices à court, moyen et long terme, sur la santé et le bien-être

Les premières améliorations s'observent très rapidement, après l'arrêt du tabac :

- 20 minutes après la dernière cigarette, la fréquence cardiaque redevient normale.
- En 24 heures :
  - o les risques d'infarctus du myocarde commencent à diminuer,
  - o le monoxyde de carbone est éliminé et n'est plus détectable dans le corps.
- 2 jours après, on ne retrouve plus de nicotine dans le sang.
- 2 semaines après, le goût des aliments revient et la peau reprend une couleur plus claire.
- 3 à 9 mois après, la respiration s'améliore.
- 1 année après, les risques de maladies cardiovasculaires sont réduits de moitié.
- 5 ans après :
  - o le risque d'accident vasculaire est réduit de moitié,
  - o le risque de cancer de la bouche, de l'œsophage et de la vessie est également diminué de 50 %,
  - o le risque d'infarctus est égal aux non-fumeurs.
- 10 ans après :
  - o le risque de cancer du poumon est réduit de moitié environ,
  - o le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint le niveau de risque des non-fumeurs.
- 15 ans après : le risque de maladies cardiovasculaires est égal à celui des non-fumeurs.

---

## Une campagne pour faire connaître les risques du tabagisme actif notamment chez la femme

---

Le Ministère de la santé et des sports et l'Institut national de prévention et d'éducation à la santé (Inpes) lancent à l'occasion de la Journée Mondiale Sans Tabac (JMST) une campagne de communication et d'information auprès du grand public et des professionnels de santé.

Elle a pour objectif de rappeler les risques liés au tabagisme actif, notamment ceux concernant les femmes, ainsi que de favoriser l'arrêt du tabac.

La campagne s'articule cette année autour de deux volets portant sur :

- le rappel des dangers du tabac (pour le grand public et pour les femmes) ;
- la promotion de l'aide à l'arrêt (pour le grand public et pour les professionnels de santé).

### Deux spots TV : « Arrêtez avant qu'il ne soit trop tard. Appelez le 39 89 »

---

Deux spots TV de trente secondes chacun, l'un mettant en scène une femme et l'autre un homme, racontent des étapes de la vie d'un fumeur dans lesquelles tout le monde peut se projeter : les cigarettes fumées à la sortie du lycée, en soirée, pour décompresser, dans les embouteillages...

Le principe des films est de resituer le tabac dans la biographie du fumeur, en rappelant que l'accumulation de cigarettes au cours de la vie peut avoir des conséquences importantes sur la santé de chacun, que l'on soit un homme ou une femme. L'objectif est de rappeler les risques encourus sans pour autant faire peur, afin d'inciter efficacement à l'arrêt du tabac.

Chaque spot démarre sur un plan serré du personnage, dos à la caméra et cigarette à la main. La caméra suit les volutes de fumée vers le haut de la pièce, pour finir sur une lumière blanche éblouissante ; la fumée qui monte symbolise le fil de la vie et les cigarettes qui ont accompagné les fumeurs.

Le spot à destination des femmes, met en avant la répercussion du tabagisme actif sur la fertilité : « La cigarette pour faire comme les copines, pour passer le temps, dans les embouteillages du matin, et ceux du soir, en attendant celui qu'on aime, en parlant de l'avenir, **après avoir appris qu'il sera plus difficile d'avoir un enfant** ».



Le spot à destination des hommes reprend la même mécanique et met en avant la répercussion du tabagisme actif sur les risques respiratoires : « après les cours, après les examens, avec le café, avant le premier entretien d'embauche, après 4 heures de train, avant de lui poser la question, après qu'elle ait répondu oui, **après avoir appris que vous aviez plus qu'un simple rhume** ».



**Cancers,  
bronchites chroniques,  
accidents cardio-vasculaires...**

Les risques, explicitement cités en fin de spot, viennent casser cette ligne de vie symbolisée par la fumée : infertilité, cancers, vieillissement prématuré pour les femmes ; cancers, bronchites chroniques, accidents cardio-vasculaires pour les hommes.

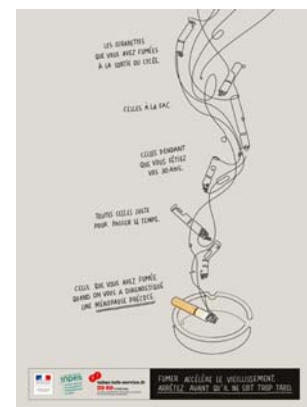
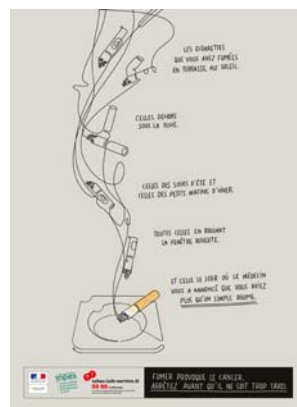
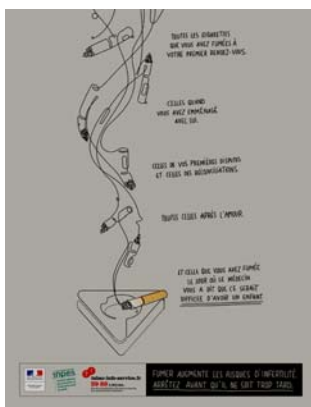
Chacun des deux spots se clôt sur la signature « **Arrêtez avant qu'il ne soit trop tard. Appelez le 39 89** » qui invite les fumeurs à appeler Tabac info service, au 39 89, pour trouver de l'aide pour arrêter de fumer.



Ils seront diffusés du **31 mai au 20 juin 2010** sur les chaînes hertziennes, celles de la TNT et dans les DOM.

### Trois annonces presse ciblant les femmes

Trois annonces presse à destination des femmes de 19 à 35 ans reprennent le même principe créatif et la signature des spots TV. Elles illustrent trois risques liés au tabagisme actif : la ménopause précoce, la baisse de la fertilité et le cancer, en lien avec une volute d'une cigarette...



Elles seront visibles du **24 mai au 2 juillet 2010** dans les principaux titres de la presse féminine ainsi que dans quelques titres de la presse télévisée et « people ».

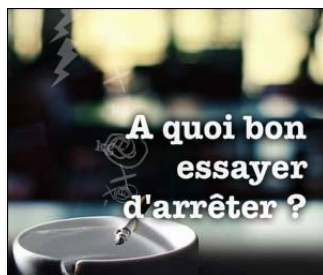
## Six spots radio et des bannières web pour promouvoir l'arrêt et Tabac Info Service

---

Six spots radio mettent en scène des appels à la ligne téléphonique Tabac Info Service (TIS) : une femme enceinte souhaitant arrêter de fumer ; des informations sur le tabagisme passif ; la dangerosité du tabac à rouler ; le « coaching » personnalisé...

Ils seront diffusés à partir du 5 juin 2010 du samedi au mercredi sur les stations de radios grand public et dans les DOM.

Une campagne de bannières web sera menée entre le 24 mai et le 13 juin 2010 afin de promouvoir le site [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr) et plus particulièrement l'offre de « coaching » personnalisé. Cinq bannières mettront en scène les craintes les plus fréquentes liées à l'arrêt du tabac (prise de poids, stress) ou les aprioris (manque de volonté, échec antérieur). Le plan web ciblera les sites Internet féminins et grand public.



## Femmes et marketing de l'industrie du tabac : une affiche soutenant le thème de la journée mondiale sans tabac

---



Afin de sensibiliser les femmes aux stratégies marketing mises en œuvre par l'industrie du tabac pour valoriser la cigarette, **une affiche** spécifique a été conçue. Elle met en scène une main présentant un paquet de cigarettes habillé d'une pomme, symbole de la tentation et de la séduction. Le slogan "Même bien habillée, la cigarette reste un poison" rappelle que les fabricants utilisent de nombreux artifices pour faire oublier aux fumeuses les méfaits du tabac.

Elle sera disponible auprès des Agences Régionales de Santé et des acteurs associatifs de lutte contre le tabagisme à partir du 31 mai 2010.

## Un dispositif à destination des professionnels de santé centré sur l'aide à l'arrêt

---

Les professionnels de santé (médecins généralistes, cardiologues, pharmaciens, tabacologues) sont des relais d'information importants et sont souvent les premiers à recueillir le souhait des patients d'arrêter de fumer.

Pour les accompagner dans l'aide qu'ils apportent aux fumeurs, l'Inpes les informe sur le dispositif Tabac Info Service : la ligne téléphonique 39 89, le « coaching » sur Internet, et met à leur disposition trois outils.

- Pour les patients

Le guide pratique « J'arrête de fumer »,



Le dépliant Tabac Info Service ;

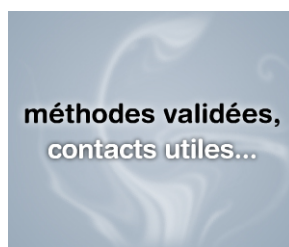
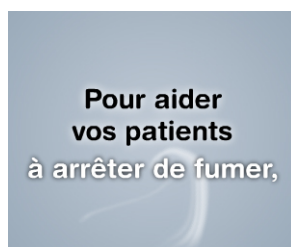
- Pour les cabinets de consultations

L'affiche « Mille façons d'arrêter, un seul numéro : 39 89 ».



- Une campagne web et presse à destination des professionnels de santé

La diffusion de cette campagne sur Internet sous forme de **bannières web**, aura lieu **du 31 mai au 30 juin 2010**. Elle sera visible sur les principaux sites fréquentés par les professionnels de santé.



**Une annonce presse**, reprenant le visuel de l'affiche, sera également diffusée dans la presse professionnelle (internes en médecine, médecins généralistes, pharmaciens, cardiologues, gynécologues, sages-femmes, pneumologues, ORL, pédiatres, infirmières, dentistes, kinésithérapeutes,...) afin de promouvoir Tabac Info Service (TIS) et son numéro téléphonique, le 39 89, **du 31 mai au 20 septembre 2010**.

Ce dispositif (bannière web et annonce presse) a pour objectif de rappeler aux professionnels de santé qu'ils peuvent, s'ils le souhaitent, proposer à leur patient désirant arrêter de fumer les services du site Tabac Info Service.