

# NICOTINE,

## QU'EST-CE QUE C'EST ET POURQUOI LES ALTERNATIVES SANS FUMÉE EN CONTIENNENT-ELLES ?



### **BIEN QU'ELLE SOIT ADDICTIVE ET NON SANS RISQUE, LA NICOTINE N'EST PAS LA CAUSE PREMIÈRE DES MALADIES LIÉES AU TABAGISME.**

Même s'ils ne sont pas sans risque et qu'ils contiennent de la nicotine qui est une substance addictive, les produits sans combustion, et donc sans fumée, étayés scientifiquement, sont potentiellement moins nocifs que de continuer de fumer. Quoi qu'il en soit, la meilleure solution reste, si vous ne fumez pas, de ne pas commencer, et si vous fumez, d'arrêter définitivement.

#### **QU'EST-CE QUE LA NICOTINE ?**

La nicotine est naturellement présente dans la plante de tabac. Une fois inhalée, elle est absorbée par les poumons et parcourt notre système sanguin jusqu'à atteindre nos tissus et nos organes, y compris le cerveau.

Dans le cerveau, la nicotine se lie à des récepteurs spécifiques qui déclenchent la libération de dopamine et d'autres neurotransmetteurs. En conséquence, la nicotine peut stimuler et affecter nos fonctions cérébrales à court terme, telles que nos émotions, nos facultés d'apprentissage et notre mémoire.<sup>1</sup>

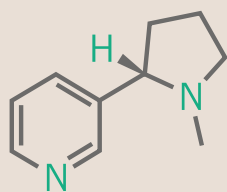
Exposé à des stimulations répétées, notre cerveau s'adapte à la présence de nicotine, un processus réversible qui s'interrompt lorsque nous arrêtons de consommer des produits contenant cette substance. L'action de la nicotine dans le cerveau peut également induire des effets physiologiques ailleurs dans le corps humain. Par exemple, de l'épinéphrine est libérée dans le système sanguin, provoquant des effets temporaires (et réversibles) comme la diminution du diamètre des

vaisseaux sanguins, une augmentation de la pression sanguine et une accélération du rythme cardiaque.<sup>2</sup>

Certaines personnes, notamment celles souffrant ou présentant un risque de maladies cardiaques, de diabète ou d'épilepsie, ne devraient pas consommer de produits à base de nicotine.

LA NICOTINE N'EST PAS LA CAUSE PREMIÈRE DES MALADIES LIÉES AU TABAGISME.

Les mineurs ne doivent pas utiliser ni avoir accès à des produits à base de tabac ou de nicotine. Leur consommation est également déconseillée aux femmes enceintes ou allaitantes.



La nicotine est naturellement présente dans le tabac. Elle induit des effets pharmacologiques, notamment l'augmentation du rythme cardiaque et de la pression sanguine.



La nicotine est addictive et n'est pas sans risque. La nicotine n'est pas la cause première des maladies liées au tabagisme. Ce sont les autres substances chimiques présentes dans la fumée qui en sont responsables.



La consommation de produits contenant de la nicotine est déconseillée à certaines personnes, telles que les femmes enceintes ou allaitantes, ainsi que les personnes souffrant de maladies cardiaques, d'hypertension artérielle ou de diabète. Les mineurs ne doivent pas utiliser ni avoir accès à des produits à base de tabac ou de nicotine.

## LA NICOTINE CONTENUE DANS LES ALTERNATIVES SANS FUMÉE

On nous demande souvent pourquoi nos alternatives sans fumée contiennent de la nicotine. La nicotine fait partie des raisons pour lesquelles certains adultes fument, mais ce n'est pas la seule. Pour de nombreux fumeurs adultes, le goût, le rituel et l'expérience sensorielle sont également des facteurs déterminants. Pour convaincre les fumeurs adultes, qui autrement continueraient de fumer, d'abandonner la cigarette au profit d'une alternative sans combustion, et donc sans fumée, ces produits doivent contenir de la nicotine et être acceptables en termes de goût et d'expérience.

## LA NICOTINE N'EST PAS LA CAUSE PREMIÈRE DES MALADIES LIÉES AU TABAGISME

Bien qu'elle soit addictive et non sans risque, la nicotine n'est pas la cause première des maladies liées au tabagisme. Les autres substances chimiques nocives ou potentiellement nocives contenues dans la fumée en sont responsables. D'après le NICE (National Institute for Health and Care Excellence), « ce sont principalement les toxines et les substances cancérigènes présentes dans la fumée de tabac, et non la nicotine, qui sont responsables des maladies et décès liés au tabagisme. »<sup>3</sup>

## UN POINT DE VUE NUANCÉ

Des organismes tels que Public Health England (PHE)<sup>4</sup> et la Food and Drug Administration (FDA) des États-Unis<sup>5</sup> ont reconnu le potentiel des produits à base

de nicotine comme alternatives à la cigarette. Public Health England a également donné son point de vue sur la sensibilisation du public à la nicotine en affirmant que «une grande confusion règne autour de la nicotine (moins de 10 % des adultes savent que la plupart des effets néfastes sur la santé dus au tabagisme ne sont pas causés par la nicotine)»<sup>6</sup>.

Pourtant, certaines régions du monde, comme l'Australie, continuent d'alourdir les restrictions sur la nicotine. Selon le droit du Commonwealth australien, les produits à base de nicotine sont caractérisés comme des articles disponibles uniquement sur ordonnance (à l'exception des patchs, gommes et sprays) ou des poisons toxiques (à l'exception de son usage dans les produits thérapeutiques ou les cigarettes).

Les fumeurs adultes méritent d'avoir accès à des informations exactes et non trompeuses afin de pouvoir prendre des décisions éclairées. Des décisions qui participent à améliorer les résultats en matière de santé publique. C'est pourquoi il est essentiel de lutter contre les idées reçues sur la nicotine.

De nombreuses personnes continuent de croire, à tort, que la nicotine est l'une des causes principales des maladies liées au tabagisme. Un corpus documentaire de 54 études a démontré que les informations dont disposait l'opinion publique sur la nicotine différaient et qu'elles étaient souvent erronées.<sup>7</sup> Il est important de former les régulateurs, les experts de la santé publique, ainsi que les fumeurs et les consommateurs de nicotine adultes sur cette substance et les produits qui en contiennent.

## Il est nécessaire d'adopter un point de vue nuancé sur la nicotine.

D'une part, les produits à base de nicotine devraient être déconseillés à certaines catégories de personnes. D'autre part, les produits à base de nicotine pourraient contribuer aux objectifs de santé publique en incitant les fumeurs qui, autrement, continueraient de fumer à abandonner la cigarette au profit d'une alternative sans combustion, et donc sans fumée.



Arrêter complètement de consommer tabac et nicotine est le meilleur choix pour sa santé. Les mesures de lutte anti-tabac actuelles visant à dissuader les gens de commencer à fumer et à encourager les fumeurs à arrêter doivent perdurer.

Toutefois, malgré ces efforts, des millions de personnes continuent de fumer. **Les produits sans combustion, et donc sans fumée, étayés scientifiquement**, peuvent jouer un rôle déterminant en convainquant les fumeurs adultes qui, autrement, continueraient de fumer, à abandonner la cigarette. Avec un cadre réglementaire adapté et le soutien de la société civile, **nous pourrions bâtir ensemble un avenir sans cigarette** plus rapidement que si nous nous appuyions uniquement sur les mesures traditionnelles.

- 1 "Pharmacology of Nicotine: Addiction, Smoking-Induced Disease, and Therapeutics" 2009  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2946180/>
- 2 "Pharmacology of Nicotine: Addiction, Smoking-Induced Disease, and Therapeutics" 2009  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2946180/>
- 3 National Institute for Health and Care Excellence, "Smoking: Harm Reduction", June 2013,  
<https://www.nice.org.uk/guidance/ph45/chapter/Introduction-scopeand-purpose-of-this-guidance>
- 4 Public Health England, "PHE publishes independent expert e-cigarettes evidence review", 2018,  
<https://www.gov.uk/government/news/phe-publishes-independent-expert-e-cigarettes-evidence-review>
- 5 U.S. FDA, "Statement from FDA Commissioner Scott Gottlieb, M.D., on actions to advance our comprehensive plan to reduce tobacco-related disease and death, through new efforts to improve the tobacco product application review process, including a newly proposed rule.", 2019  
<https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/statement-fda-commissioner-scott-gottlieb-md-actions-advance-our-comprehensive-plan-reduce-tobacco>
- 6 Public Health England, "PHE publishes independent expert e-cigarettes evidence review", 2018,  
<https://www.gov.uk/government/news/phe-publishes-independent-expert-e-cigarettes-evidence-review>
- 7 Czoli, CD, et al., "How do consumers perceive differences in risk across nicotine products? A review of relative risk perceptions across smokeless tobacco, e-cigarettes, nicotine replacement therapy and combustible cigarettes." Tobacco Control, 2017;(26:e49-e58),  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27625408/>