

# JEUNES ET TABAC

## Etat de la situation

Etat des lieux au 01.06.2015

### 1- A quel âge les jeunes commencent-ils à fumer ?

---

Différents facteurs et raisons peuvent amener les jeunes à commencer à fumer. Si les jeunes enfants présentent souvent une attitude de rejet envers le tabagisme, l'opinion vis-à-vis du tabagisme évolue au début de l'adolescence. Les premières expérimentations de la cigarette se font généralement autour de l'âge de 13 ans puis le nombre de fumeurs augmente rapidement dès l'âge de 15 ans. Les jeunes passent rapidement de la phase d'expérimentation à la consommation régulière de tabac et à la dépendance au produit.

### 2- Combien de jeunes fumeurs en Suisse ?

---

La grande majorité des jeunes vivant en Suisse ne fume pas. Le Monitorage suisse des addictions nous montre que 22.7% des jeunes âgés entre 15 et 19 ans fumaient en 2013. Les jeunes hommes sont un peu plus nombreux que les jeunes femmes à fumer (respectivement 24% et 21.4%). Le nombre de jeunes fumeurs diffère aussi selon le niveau de formation scolaire. Les élèves des écoles professionnelles sont en effet plus nombreux à fumer que les élèves au gymnase (respectivement 33% contre 20%).

Depuis 2001, la proportion de fumeurs chez les 15 à 19 ans a diminué (36% en 2001 contre 22.7% en 2013)<sup>1</sup>

Selon l'enquête HBSC, menée auprès des écolières et écoliers en Suisse en 2014, la consommation de tabac a également baissé chez les jeunes de 11 à 15 ans. 12% des garçons et 9% des filles de 15 ans fument au moins une fois par semaine, contre 19% et

---

<sup>1</sup> Les données de 2001 se basent sur le Monitorage sur le tabac en Suisse et les données de 2013 sur le Monitorage suisse des addictions. Même si les méthodes de ces deux enquêtes ne sont pas identiques, la comparaison de leurs données offre un aperçu de l'évolution du tabagisme en Suisse.

15% en 2010. Environ 7% des jeunes de 15 ans fument tous les jours avec peu de différences entre les filles et les garçons; ce chiffre était de 12% en 2010.

Les résultats de cette étude montrent que la consommation de tabac augmente avec l'âge. A l'âge de 11 ans, environ 4% des élèves ont fumé des cigarettes au moins une fois dans leur vie. Alors qu'à 15 ans, un peu plus d'un tiers des jeunes ont déjà fumé une fois.

La majorité des fumeurs adultes a commencé sa consommation avant 21 ans. La probabilité de commencer à fumer est ainsi faible une fois passé cet âge.

### **3- Fumer ou ne pas fumer : quelles sont les raisons avancées par les jeunes ?**

---

Le Monitoring sur le tabac Suisse a enquêté sur les raisons de fumer ou non des jeunes de 14 à 19 ans résidant en Suisse. Les résultats montrent que les jeunes donnent différentes raisons pour expliquer pourquoi ils fument ou au contraire pourquoi ils ne fument pas.

Les raisons de fumer principalement invoquées par les jeunes fumeurs (14-19 ans) sont :

- le fait que fumer devient une habitude ;
- que cela les calme en cas de stress ;
- qu'ils apprécient le goût du tabac.

Quant aux jeunes non-fumeurs (14-19 ans), ils évoquent comme raisons de ne pas fumer :

- le fait que fumer est malsain ;
- l'envie de ne pas devenir dépendant ;
- l'odeur désagréable du tabac ;
- le coût des cigarettes ;
- les effets du tabagisme sur l'apparence et sur la condition physique.

### **4- Fumer ou non : des facteurs liés au contexte, au produit et à la personne**

---

Fumer ou non dépend d'une interaction complexe entre des facteurs liés au contexte, au produit et à la personne.

#### **Le contexte**

L'entourage joue un rôle important dans le début de la consommation de tabac. La famille, les amis et les modèles autour de soi influencent en effet le comportement par rapport au tabac. Les jeunes qui comptent des fumeurs dans leur entourage sont notamment plus à risque de commencer à fumer. A l'adolescence, la cigarette peut aussi être utilisée comme un moyen de se rebeller contre ses parents ou d'appartenir à un groupe.

Au niveau de l'environnement scolaire et professionnel, le stress lié au travail scolaire est également un facteur qui augmente le risque de commencer à fumer.

La publicité pour le tabac favorise aussi la consommation de cigarettes. La publicité pour le tabac visant les enfants et adolescents est très répandue et a pour effet de banaliser la consommation de tabac.

Les différentes lois sur le tabac (ex : les avertissements sur les paquets de cigarette) ont, quant à elles, pour effet de limiter le début de consommation de tabac.

### **Le produit**

Plus l'accès au tabac est facile, plus les risques de commencer ou de continuer à fumer sont élevés. La diminution de l'accessibilité des cigarettes, notamment par l'augmentation du prix du paquet et la limitation de la vente de cigarettes aux mineurs, permet alors de limiter la consommation de tabac.

Un autre facteur important expliquant la consommation de tabac est la nicotine présente dans les cigarettes et les autres produits du tabac. Le pouvoir addictif de la nicotine est en effet élevé, fumer rend ainsi très vite dépendant et amène à poursuivre sa consommation.

Les substances ajoutées au tabac (appelées additifs) rendent également le produit plus attractif, encourageant ainsi la consommation et favorisant la dépendance des fumeurs.

A côté des cigarettes, il existe une variété des produits du tabac (shisha, tabac à rouler, cigarette mentholée, etc.) qui peuvent rendre dépendant et amener à la consommation de cigarettes.

### **La personne**

Des facteurs liés à la personnalité et à certaines caractéristiques de l'adolescence peuvent contribuer au début de la consommation de tabac. La tendance à prendre des risques, la curiosité pour de nouvelles expériences ou encore le besoin de transgresser des règles favorisent notamment l'expérimentation de la cigarette. Pour les jeunes, fumer est souvent un rite de passage à l'âge adulte.

L'estime de soi et la connaissance des dangers de la consommation jouent également un rôle dans le début de consommation. Une bonne estime de soi ainsi qu'une bonne connaissance des risques liés au tabagisme diminue en effet les risques de commencer à fumer.

Des troubles psychologiques comme l'anxiété et la dépression peuvent encore favoriser la consommation de cigarettes.

## 5- Risques de la consommation de tabac pour les jeunes

---

Il existe une vulnérabilité psychologique propre à l'adolescence qui explique pourquoi les addictions commencent souvent à cette période de la vie. Les jeunes qui fument deviennent ainsi beaucoup plus vite dépendants au tabac que les adultes.

Plus on commence à fumer jeune, plus les chances de devenir un fumeur régulier sont grandes et plus il sera difficile d'arrêter.

Par ailleurs, les risques pour la santé de la consommation de tabac sont liés à la durée du tabagisme ainsi qu'un nombre de cigarettes fumées par jour.

## 6- Cigarette électronique : risque pour les jeunes ?

---

Il est à ce jour difficile de savoir dans quelle mesure l'e-cigarette peut constituer une « porte d'entrée » dans le tabagisme, en particulier chez les jeunes. En cas de consommation d'e-cigarettes avec nicotine, le risque de développer une dépendance est aussi très présent.

Certaines e-cigarettes contiennent des substances aromatiques sucrées qui peuvent attirer les enfants et les jeunes.

Les actions de prévention du tabagisme auprès de la jeunesse ont consisté ces dernières années à rendre l'usage de la cigarette moins banal (dénormalisation). Les e-cigarettes ont la forme de cigarettes, elles imitent l'acte de fumer en produisant une vapeur qui ressemble à la fumée du tabac. En cela, on peut craindre que l'e-cigarette rende la consommation de cigarette de nouveau socialement acceptable dans notre société.

Compte tenu de ces éléments et dans une perspective de protection de la jeunesse, le principe de précaution doit prévaloir : les enfants et les mineurs ne devraient pas avoir accès aux cigarettes électroniques.

## Références

---

- Addiction Suisse. (2015). Tout va bien? Consommation de substances psychoactives et utilisation des nouveaux médias par les 13-15 ans. Lausanne, Suisse.
- Addiction Suisse, Association suisse pour la prévention du tabagisme (AT). (2010) Fumer ou ne pas fumer ? Raisons et motifs. Les jeunes et la cigarette. Outil pédagogique destiné aux enseignant-e-s du niveau secondaire avec suggestion d'animation. Cahier 2. Lausanne, Suisse.
- Gmel G., Kuendig H., Notari L., Gmel C. (2014). Monitorage suisse des addictions : consommation d'alcool, tabac et drogues illégales en Suisse en 2013. Addiction Suisse, Lausanne, Suisse.

- Keller, R., Radtke, T., Krebs, H. & Hornung, R. (2011). La consommation de tabac chez les jeunes, de 2001 à 2009/10. Résumé du rapport de recherche. Monitoring sur le tabac – Enquête suisse sur le tabagisme. Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie. Zürich, Suisse.
- Kuendig H., Notari L., Gmel G., Gmel C. (2013). Monitoring suisse des addictions – Le tabagisme chez les 15 à 25 ans en 2012, Addiction Suisse, Lausanne, Suisse.

### Pour plus d'informations

CIPRET-Vaud

Ligues de la Santé, Av. de Provence 12, 1007 Lausanne

021 623 37 42 / info@cipretvaud.ch

[www.cipretvaud.ch](http://www.cipretvaud.ch) > rubrique Informations > Jeunes et tabac