

Si la baisse du nombre de fumeurs est constante depuis 2004 en Belgique, les écarts se creusent selon le niveau de diplôme, les revenus ou le statut professionnel.

FUMER EST DE PLUS EN PLUS UN MARQUEUR SOCIAL

Dossier réalisé par **Soraya Ghali**

«J'ai décidé d'arrêter de fumer il y a 13 ans! Aujourd'hui, quand je croise un fumeur dans la rue, je me demande comment j'ai pu supporter cette odeur et cette dépendance quotidienne», s'emporte Catherine, DRH et la cinquantaine sous peu. Elle représente bien cette génération d'ex-fumeurs qui jugent, aujourd'hui, avec fermeté, leur ancienne vie de «clopeur».

Les chiffres lui donnent raison. Selon les données de l'Institut de santé publique Sciensano, en 2023-2024, la Belgique comptait 12,8% de fumeurs quotidiens, contre 15,4% en 2018. Dit autrement, 82,4% de la population est non-fumeuse. Vingt ans plus tôt, en 2004, le pourcentage s'élevait à 72,2%. Un record depuis l'introduction des premières mesures





antitabac. Autre bonne nouvelle: la tendance générale à la diminution du tabagisme s'inscrit dans la durée – quand bien même elle ralentit par rapport à la décennie 2008-2018. Une baisse notable et continue rendue possible grâce à une série d'actions prises par les pouvoirs publics depuis 2006: interdiction de fumer dans les lieux publics fermés, les espaces de travail, les transports, les restaurants, les bars; interdiction de la publicité; adoption du paquet neutre; vente interdite aux mineurs; hausse régulière des accises. À partir de 2022, le cadre législatif s'est encore durci. Il est désormais interdit de fumer en plein air dans les parcs d'attractions, les zoos, les plaines de jeux, les terrains de sport, ainsi qu'aux abords des écoles, des crèches, des institutions de soins et des bibliothèques publiques. Les produits du tabac ne peuvent plus être exposés à la vue du public et sont interdits à la vente dans les grandes surfaces. Enfin, dès janvier 2017, fumer aux terrasses des cafés et des restaurants sera également proscrit.

Dans la foulée, cette mobilisation nationale a ringardisé l'image du tabac. Celui-ci n'incarne plus un objet banal et innocent, mais une substance dangereuse pour la santé et pour toute la société, une drogue au sens strict du terme. Toutes ces mesures ont massivement «dénormalisé» la clope, en ont fait un produit socialement incorrect et de moins en moins accepté. «Ça pue, ça nique les dents et c'est malsain», résume avec assurance Camille, 18 ans, «minimoi» de Catherine.

Malgré des chiffres encourageants, de fortes inégalités sociales persistent. «En réalité, si la consommation de tabac baisse, c'est parce qu'elle a presque uniquement reculé chez les favorisés, observe Nora Mélard, experte en prévention du tabagisme ...

«En réalité, si la consommation de tabac baisse, elle a presque uniquement reculé chez les favorisés.»

Fumer en terrasse sera proscrit dès janvier 2027, en Belgique.



... à la Fondation contre le cancer. En revanche, chez les plus défavorisés, le taux de fumeurs reste stable.» Les plus pauvres sont donc aussi ceux qui fument le plus. D'après Sciensano, parmi les fumeurs quotidiens, ceux qui possèdent tout au plus un diplôme secondaire sont plus nombreux (18%) que les diplômés du supérieur (8%). Chez les gros consommateurs – 20 cigarettes ou plus par jour –, l'écart se creuse nettement: on en compte 7 fois plus parmi les moins diplômés (6,8%) que parmi les plus qualifiés (0,9%).

Ces inégalités transparaissent dans tous les indicateurs – niveau de revenu, de diplôme, d'activité professionnelle – et pour tous les âges, qu'il s'agisse

des premières cigarettes, des tentatives d'arrêt ou des rechutes. Passé l'«essai», l'usage quotidien avant 16 ans touche, par exemple, deux fois plus les moins instruits (39%) que les plus diplômés (18%). Or, fumer dès l'adolescence expose à un risque élevé de devenir fumeur régulier et complique sérieusement le sevrage à l'âge adulte. «80% des fumeurs ont commencé avant 25 ans et un sur cinq à l'âge de 15 ans», confirme Nora Mélard. Cela se traduit d'ailleurs dans l'intention d'arrêter, selon Sciensano: 35% des moins scolarisés ne l'envisagent pas au cours de l'année, contre 11% des diplômés du supérieur.

Un des rares plaisirs

Si, aujourd'hui, chacun connaît les dommages du tabac sur la santé – 8% des décès lui sont attribués –, pourquoi les plus défavorisés sont-ils plus nombreux à fumer? Une multitude de facteurs, qui s'alimentent entre eux et forment des cercles vicieux, peuvent l'expliquer. D'abord, le tabagisme est fortement lié aux normes sociales. «On sait que la prévention en santé et l'attention au corps sont plus grandes dans les milieux diplômés. C'est un ensemble de dispositions culturelles qui se transmettent dans les modes de vie, et dans de petites attentions dès le plus jeune âge, constate l'experte. De l'autre côté, dans les catégories défavorisées, les messages de sensibilisation sont moins efficaces. Et même quand elles ont accès à l'information, la perception du risque pour la santé est moindre.» En effet, de par leurs conditions de vie,

«La visibilité est un facteur qui influence la normalisation et déclenche le besoin.»

elles font face à une absence de projection à long terme. En situation précaire, au jour le jour, le tabac est utilisé comme un moyen abordable pour gérer le stress, l'angoisse et les soucis quotidiens; de tenir le coup, en somme. Il est également perçu comme un des rares plaisirs, même s'il est toujours plus cher. «Augmenter les prix est l'une des mesures les plus efficaces dans la lutte contre le tabac. Il a entraîné une diminution de fumeurs, quel que soit le milieu social», souligne Nora Mélard. La politique a pourtant une limite: nombre de personnes défavorisées ne parviennent pas à s'arrêter ou à réduire leur consommation. Elles voient alors leur pouvoir d'achat décroître et préfèrent rogner sur la nourriture ou sur certaines activités. D'autant que leur dépendance nicotinique est, en moyenne, plus importante, en partie à cause du stress lié à leur situation socioéconomique.

Les experts soulignent une autre donnée significative: le nombre de personnes fumeuses dans son entourage. Avoir un conjoint fumeur est l'un des obstacles les plus importants à l'arrêt de la cigarette. C'est également ce qu'ont observé des chercheurs de l'UCLouvain chez les jeunes d'établissements professionnels (*lire par ailleurs*). Or, «la visibilité est un facteur qui influence la normalisation, même chez les non-fumeurs, et déclenche le besoin», poursuit Pierre Laloux, doctorant en santé publique à l'UCLouvain.

Inégaux devant le sevrage

Enfin, l'écart s'accroît aussi parce que, si l'envie d'arrêter de fumer est la même, le taux de réussite varie en défaveur des moins nantis. Dans les milieux favorisés, les fumeurs ont plus facilement accès aux soins et aux outils d'aide au sevrage. Sans oublier qu'«arrêter de fumer est une charge mentale plus compliquée à assumer lorsque l'on vit dans des conditions précaires et stressantes», explique Nora Mélard. Reste aussi la question des moyens. Consulter un addictologue, se procurer des patches, mâcher 30 Nicorettes par jour est coûteux. D'où une mesure urgente, que les spécialistes réclament depuis longtemps: accompagner l'extension d'espaces non-fumeurs d'autres mesures. «Il est important de continuer à travailler sur l'accès aux soins, de rembourser les substituts nicotiques, tout comme les consultations en tabacologie et d'outiller les personnels médicaux.»

Parfois, le fossé entre fumeurs et non-fumeurs ne se limite pas à des pourcentages et se mue en jugement moral, voire en mépris de classe. Françoise, 67 ans, «fumeuse polie», pour qui la cigarette est devenue une «béquille», témoigne du «regard social dur» qu'elle devine. «Je ne jette jamais mes mégots. Je m'écarte des passants. Je parle aux enfants du tabac comme d'un poison, parce que c'en est un. Et pourtant, je sens que je bascule, moi aussi, du mauvais côté: celui des indésirables. Les vieux, les précaires, les malades, les angoissés», avant de conclure: «Fumer, ce n'est plus juste mal vu, c'est un marqueur d'exclusion sociale.» ●

LA CLOPE N'A PAS DISPARU DES COURS DE RÉCRÉ

Une enquête de l'UCLouvain montre qu'un élève sur deux voit des camarades fumer dans l'enceinte scolaire.

Si, depuis 2006, un décret proscriit totalement le tabac dans toutes les écoles, il ne faut pas chercher longtemps pour observer des petits fumeurs devant les grilles, dans les toilettes, sur les chemins d'accès, dans les coins discrets. On se cache si peu pour fumer à l'école. «Sur papier, l'interdiction existe mais elle n'est pas toujours strictement appliquée dans les cours de récréation, note Pierre Laloux, doctorant à l'Institut de santé et société (UCLouvain). Parallèlement, un produit qui n'existait pas en 2006, la cigarette électronique, a profondément bouleversé la donne.» L'équipe de recherche de l'UCLouvain (1), dirigée par Vincent Lorant, professeur de sociologie médicale, tente de comprendre comment les influences sociales ...

