

Que dit la loi au sujet des jeunes et du tabac ?

La loi Evin interdit de fumer dans l'ensemble des locaux à usage collectif, clos ou ouverts. Les écoles, lycées, universités sont donc soumis à la même règle : interdiction de fumer en dehors des fumeurs. L'interdiction de vendre du tabac aux mineurs de moins de 16 ans a été votée en France le 24 juillet 2003. Cette loi comprend aussi tout un ensemble de mesures visant à lutter contre le tabagisme des jeunes : interdiction de vendre des paquets de moins de dix-neuf cigarettes, interdiction de faire de la publicité en faveur du papier à cigarette, obligation pour les écoles d'informer les jeunes sur les méfaits du tabagisme, etc.

Où trouver des outils pédagogiques pour la prévention du tabagisme ?

L'Inpes a développé deux coffrets pédagogiques sur lesquels on peut s'appuyer pour organiser des activités de prévention du tabagisme auprès des jeunes. Il s'agit de Léa et l'air, pour les enfants de 8 à 10 ans, et de Libre comme l'air, pour les adolescents du collège.

En dehors de ces deux outils, il est possible de consulter la pédagogie de l'Inpes qui propose tout un ensemble de références d'outils (description, analyse et coordonnées des diffuseurs) au service des professionnels de l'éducation pour la santé et du secteur socio-éducatif : à partir de la page d'accueil du site www.inpes.sante.fr, aller dans la rubrique « Espace réseau », puis « La pédagogie » et enfin « La base de données de la pédagogie ». Enfin, l'Inpes a développé un site internet www.jesuismanipule.com destiné aux jeunes eux-mêmes.

Pour en savoir plus :

Le guide de l'adolescent de 10 à 25 ans

A. Braconnier
(Odile Jacob, Paris, 1999)

Approches, soins, prévention

P.-A. Michaud, P. Alvin
(Payot, Lausanne, 1997)

Pour arrêter, décrochez !

Tabac Info Service vous aide à arrêter de fumer.

Tabac Info Service

0 825 309 310

→ 8h-20h, du lundi au samedi
0,15 €/min.

Réalisé en collaboration avec l'Office français de prévention du tabagisme (OFT)



Aider les adolescents à ne pas fumer



Pourquoi les jeunes sont-ils attirés par la cigarette ?

Les pré-adolescents et adolescents peuvent se montrer moralisateurs, voire condamner vigoureusement le tabac, l'alcool ou les drogues, juger sévèrement les fumeurs ou les alcooliques. Cela ne suffit pas à garantir qu'ils ne deviendront jamais consommateurs eux-mêmes. La prétention à exercer une certaine maîtrise sur soi et son environnement est une des caractéristiques de l'adolescence. De ce fait, les jeunes sont persuadés de tout contrôler, et notamment leur consommation de tabac (« J'arrête quand je veux »).

De plus, les méfaits du tabagisme restent éloignés des préoccupations des jeunes qui vivent au temps présent et ne se sentent pas concernés par la maladie ou la mort. Cette attitude est renforcée par le fait que la cigarette est un moyen de se sentir adulte, de rencontrer les autres plus facilement, de séduire, de tester l'autorité, de s'affirmer auprès de son entourage, d'acquiescer une place dans un groupe, etc. Elle peut aussi être un défit aux interdits imposés par les parents (« Je fume si je veux »). Il ne faut donc pas oublier que les arguments habituellement invoqués (la santé, par exemple) ne suffiront pas à convaincre un jeune de ne pas fumer.

A partir de quel âge parler du tabac à ses enfants ?

Les parents peuvent parler ouvertement du tabac avec leurs enfants à partir de 8 ou 9 ans. Mais il n'y a pas de règles valables pour tous. Ce qui compte avant tout, c'est d'avoir une attitude ouverte et de signifier clairement à l'enfant que ses parents sont prêts à en parler avec lui à tout moment s'il le désire.

Comment parler du tabac ?

Bien loin d'interdire pour interdire, il s'agit avant tout de dialoguer avec ses enfants : l'autorité, dans ce domaine, doit surtout s'exercer dans et par le dialogue. C'est pourquoi il est important d'instaurer un climat de confiance qui permette d'aborder les sujets qui préoccupent les jeunes. Ceux-ci seront ainsi amenés à poser des questions et ils seront en mesure de recevoir des conseils aussi bien sur le tabac que sur leur scolarité, le sport, leurs relations amicales ou amoureuses. Même si les adolescents manifestent parfois une volonté de s'opposer à l'autorité ou au discours moral, ils ont besoin de repères afin de pouvoir orienter leurs choix. Grâce au dialogue, l'adolescent peut comprendre les dangers liés à tel type de situation, de comportement ou d'expérience, même s'il ne les a pas encore vécus lui-même. Il est important de ne pas minimiser ses difficultés et de saisir les occasions de le féliciter ou de l'encourager sur ses choix. Et au-delà des informations qu'on peut lui donner sur le tabac, il s'agit surtout de s'interroger avec lui sur les raisons qui l'ont amené à fumer et de chercher à développer ses propres ressources.

Que faire si son enfant fume ?

- Essayer de maintenir l'interdit à la maison et d'en expliquer la raison. L'interdit limite les occasions de fumer et permet de retarder l'installation de la dépendance. Il pourra peut-être favoriser la décision d'arrêter de fumer.
- Informer son enfant sur les aides possibles : les substituts nicotiniques peuvent être utilisés à partir de l'âge de 15 ans.
- Lui proposer de consulter un médecin ou de prendre un rendez-vous dans une consultation spécialisée en tabacologie.
- Voir avec lui combien il dépense en cigarettes et ce qu'il pourrait s'offrir pour la même somme s'il arrêta de fumer.
- Et maintenir le dialogue à tout prix.

Il faut savoir que de plus en plus de jeunes, en fin d'adolescence, expriment le souhait d'arrêter de fumer.

Quels sont les traitements autorisés pour les adolescents ?

Les substituts nicotiniques peuvent être utilisés pour aider les jeunes qui sont physiquement dépendants du tabac à partir de l'âge de 15 ans. Ces traitements sont en vente libre dans les pharmacies. Ils ont fait l'objet de nombreuses recherches prouvant leur efficacité : ils doublent, voire triplent les chances de succès à un an. En ce qui concerne le bupropion LP, il ne peut être prescrit qu'aux personnes de plus de 18 ans. Son utilisation comporte des contre-indications et précautions d'emploi à respecter.

Comment l'industrie du tabac agit-elle en direction des jeunes ?

Les jeunes sont une cible prioritaire pour les fabricants de cigarettes car ce sont eux qui assureront les profits de demain :

"Si les jeunes adultes ne fument pas, l'industrie périlclitera, tout comme la faible natalité d'une population finit par en causer le déclin." Diane Burrow de la société R.J Reynolds, 1984.

Pour attirer les jeunes, l'industrie développe des stratégies de marketing très étudiées :

- Création de marques de vêtements (Marlboro Classics, par exemple) ou d'événements sportifs (Camel Trophy, Raid Gauloise, etc.).
- Vente de paquets de dix cigarettes, dont le prix est plus à la portée des jeunes.
- Adaptation du design des paquets aux codes de communication des jeunes.
- Utilisation des stars pour faire valoir le produit.
- Distribution d'échantillons gratuits, organisation de jeux-concours, parrainage de soirées en boîtes de nuit, etc.