



L'impact des mégots

Fumer tue... et pollue aussi

La toxicité des mégots s'avère encore peu connue du grand public, pourtant ceux-ci contiennent des milliers de substances chimiques dont certaines peuvent être cancérigènes. La gestion des mégots s'impose donc, et cela pour plusieurs raisons. Les infirmières et infirmiers ont leur rôle à jouer pour relever ce défi colossal.

Texte: Achille Curchod, Nicole Froment
Combien de fois avons-nous entendu que fumer tue? Cette idée est bien ancrée et connue de tous. Cela a pris du temps et beaucoup d'investissements des acteurs de la lutte anti-tabac pour en arriver là. Toutefois, la cigarette n'a pas que des conséquences sur la santé des fumeurs ou sur les non-fumeurs via la fumée passive. Des impacts environnementaux considérables sont observés, causés par la production des cigarettes ainsi que par les mégots. De manière indirecte, cela nous touche tous, la toxicité des mégots pollue notre environnement. Selon Smith et Novotny, chaque année, 5,6 billions de cigarettes se retrouvent dans l'environnement planétaire (2011). Quelles sont les conséquences sur les êtres humains et quelles sont les solutions aux problèmes liés aux mégots?

Un peu d'histoire

Les filtres composés d'acétate de cellulose ont été ajoutés aux cigarettes dans les années 1950 par les industries du tabac pour des raisons de marketing. Des études ont montré que moins il y avait de nicotine et de goudron dans une cigarette, moins celle-ci avait d'impact sur la santé. Les industries du tabac ont ainsi saisi l'opportunité en proposant des cigarettes qualifiées de «bonne pour la santé» en y ajoutant des filtres qui diminuent la teneur en goudron et nicotine (Novotny, Lum, Smith, Wang et Barnes, 2009). Or, il est maintenant prouvé que ces cigarettes sont tout aussi nocives, en particulier à cause du tabagisme compensatoire: les fumeurs prennent des bouffées plus profondes et plus fréquentes (Novotny et al., 2009).

Aujourd'hui, 99 pourcents des fumeurs utilisent des cigarettes avec des filtres.

Des mégots à la pelle

En Grande-Bretagne, plus de la moitié des fumeurs questionnés jettent leurs mégots et les écrasent (Smith et Novotny, 2011). Comment ce geste est-il justifié? Selon cette étude, pour certains consommateurs, il s'agit d'un prolongement naturel du rituel défiant et rebelle des fumeurs, pour d'autres une manière

conscientieuse d'éviter un risque d'incendie! D'autres encore se demandent ce qu'ils pourraient faire de leur mégot lorsqu'un cendrier n'est pas à proximité, si ce n'est de le jeter par terre. Des fumeurs «culpabilisés de fumer» voudraient se débarrasser le plus rapidement de cette preuve et d'autres n'utiliseraient pas de cendrier pour éviter de compter leurs mégots (Smith et Novotny, 2011). Ces différentes raisons engendrent une quantité impressionnante de mégots, qui représenteraient 25 à 50 pourcents des déchets ramassés dans les rues (Healton, Cummings, O'Connor et Novotny, 2011). À Lausanne, les mégots s'élèvent à 36 pourcents des déchets collectés dans les rues (RTS, 2018). Le mégot est aussi le déchet le plus ramassé sur les plages (Healton et al., 2011). Cela ne veut pas dire que les mégots sont tous jetés directement sur les plages, mais qu'ils suivent le cours de l'eau via les systèmes d'évacuation, les rivières, les lacs et les océans (Novotny et al., 2009).

Des pesticides aux métaux lourds

Beaucoup de mégots finissent dans l'eau et certaines de leurs molécules sont solubles dans celle-ci. Ainsi, plus de quatre mille composés chimiques sont introduits dans l'environnement (Slaughter et al., 2011). Parmi eux, le monoxyde de carbone, le cyanure d'hydrofène, l'oxyde d'azote, l'ammoniaque, l'acétaldéhyde, le formaldéhyde, le benzène, le phénol, l'argon, les pyridines et l'acétone sont des composés connus comme carcinogènes pour l'être humain (Slaughter et al., 2011). On retrouve également dans l'environ-



nement des résidus de la production du tabac, tels que les pesticides, les herbicides, les insecticides et les fongicides dont certains sont des perturbateurs endocriniens (Slaughter et al., 2011). Des métaux lourds sont aussi libérés, par exemple le cadmium et le plomb qui sont tous deux dangereux pour l'homme (Moerman et Potts, 2009).

Dose mortelle pour des poissons

L'étude de Slaughter et al. (2011) a montré qu'il suffit d'une concentration de 1,8 mégot par litre pour obtenir une dose létale auprès de 50 pourcents d'une espèce de poissons d'eau salée. Pour une espèce de poissons d'eau douce, il faut une concentration de 4,3 mégots par litre pour obtenir une dose qui peut être mortelle pour la moitié d'entre eux. Cette étude a également prouvé qu'une concentration d'un mégot mélangé à un à deux centimètres de tabac par litre représente une dose létale auprès de 50 pourcents des deux espèces de poissons (Slaughter et al., 2011). Les conséquences sur l'être humain sont encore difficiles à évaluer. Etudier leur exposition aux toxines des mégots serait très compliqué, notamment parce que les mégots ne sont pas les seuls polluants de nos eaux. De plus, outre la pollution chimique provoquée par les mégots, il convient également de mentionner une conséquence esthétique. Les mégots n'étant pas biodégradables, ils mettent entre un et cinq ans à se dégrader dans la nature.

Des actions politiques

La gestion des mégots est un défi colossal pour le monde entier. Examinons d'abord les actions au niveau politique, ensuite au niveau infirmier et personnel. On pourrait tout à fait imaginer qu'un système de taxe ou de consignation de mégots soit mis en place afin de les récupérer (Healton et al., 2011). Une autre proposition serait de mettre sur pied une politique de reprise obligatoire de ces déchets, ce qui augmenterait la responsabilité des producteurs.

Les mesures qui se développent actuellement relèvent de la politique de répression ou d'interdiction. En France, depuis 2015, jeter son mégot par terre est passible d'une amende de 68 euros. À Paris, durant l'année 2017, 21 000 procès verbaux ont été émis dans ce sens (SudOuest, 2018).

En Suisse, chaque commune ou canton peut avoir sa propre législation pour ce type de délit, soit une amende de 200 francs à Genève et Neuchâtel, 150 francs à Lausanne, dès 140 francs à Fribourg et dès 100 francs à Sion (RTS, 2017). Le problème reste d'appliquer ces amendes parce qu'elles ne peuvent être infligées qu'en cas de flagrant délit. A Lausanne, par exemple, 870 amendes ont été données depuis le début d'année 2018 (RTS, 2018).

Depuis le 1^{er} juin 2019, les gares suisses sont déclarées zone non-fumeur (RTS, 2018). Cette décision a été prise par l'Union des transports publics en raison des coûts importants du ramassage des mégots ainsi que par volonté d'améliorer la qualité de l'air.

Eveiller les consciences

Beaucoup de personnes ne connaissent pas la toxicité des mégots. Pour le personnel infirmier, il s'agit de promouvoir l'information et l'éducation afin que les comportements changent, que ce soit dans les hôpitaux, les milieux communautaires ou les écoles (voir encadré). On pourrait agir en proposant des méthodes alternatives, telle que la distribution de cendriers de poche (écobox) dans les lieux publics, les établissements de formation, les entreprises et les bars.

Un défi à relever

Des recherches sur l'impact des mégots sur la santé sont nécessaires mais restent difficiles à entreprendre. Le principe de précaution serait à appliquer afin de minimiser les effets «cocktail» que peuvent avoir ces substances et que l'on connaît encore peu. Par contre, on peut d'ores et déjà mettre en place des actions afin de minimiser

l'impact sur la santé environnementale. L'infirmière, par son rôle dans la prévention et la promotion de la santé, peut contribuer aux changements de comportements. Malheureusement, le défi demeure difficile à relever. Modifier des comportements et des habitudes reste compliqué et prend beaucoup de temps. Mais cela nous concerne toutes et tous. Le fait d'éveiller les consciences par l'information est un premier pas vers le changement!

Les auteurs

Achille Curchod, étudiant en soins infirmiers à la Haute Ecole de Santé Vaud (HESAV), à Lausanne.
Contact: achille.curchod@hesav.ch

Nicole Froment, maître d'enseignement HES-SO à la Haute Ecole de Santé La Source, Lausanne



Les références en lien avec cet article peuvent être consultées dans l'édition numérique sur www.sbk-asi.ch/app

Recommandations au personnel infirmier

Sensibilisation

Les mégots sont toxiques et les infirmières et infirmiers peuvent avoir un impact sur les changements de comportement à leur égard dans les lieux de soins, les milieux communautaires et les écoles. Ils peuvent par exemple:

- diffuser des informations aux patients et à leurs proches;
- partager leurs connaissances et leur conviction;
- inciter à modifier les comportements et habitudes;
- proposer des méthodes alternatives;
- s'impliquer dans leurs institutions et communes pour mettre en place des actions.

