

TABAC : UN ENJEU MAJEUR POUR LA SANTE DES FEMMES

Le tabac est une menace majeure pour la santé des femmes, avec des risques supplémentaires à ceux observés chez les hommes.

En plus des maladies communes liées au tabac, cancers, maladies cardiovasculaires, respiratoires, diabète, il entraîne des effets spécifiques sur la santé féminine : reproduction, cœur, grossesse, ménopause, fertilité, peau...

La campagne mondiale Octobre Rose nous donne l'opportunité de vous expliquer pourquoi le tabac est un danger redoutable pour la femme...

► Quelques chiffres

- En 2023, **20,9 % des femmes** de 18 à 75 ans fumaient quotidiennement (25,4 % des hommes)¹.
- De plus, **1 décès féminin sur 14 est lié au tabac**, et sur la tranche d'âge des **35 / 64 ans**, c'est **1 décès sur 5**². L'évolution de la mortalité féminine due au tabagisme augmente fortement.

► Cœur et vaisseaux : un danger précoce

- Avant 50 ans, le tabac est le **1er facteur de risque d'infarctus** chez la femme, avec un risque **25 % plus élevé que chez l'homme**.
- Il favorise les **AVC** et devient encore plus dangereux en association avec la **pilule contraceptive**³.
- Même une seule cigarette par jour augmente déjà le risque cardiovasculaire de façon importante.

► Poumons : un cancer en forte hausse

- Le tabac est responsable de **85 % de ces cancers**.

¹ <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabc/documents/enquetes-etudes/prevalence-du-tabagisme-en-france-hexagonale-en-2023-parmi-les-18-75-ans>

² http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2016/30-31/2016_30-31_7.html

³ C. Willi G. de Torrenté de la Jara J. Cornuz A. Closuit, Cycles de vie d'une femme et tabac, Rev Med Suisse 2006; volume 2. 31475

- La fréquence du cancer du poumon chez la femme a explosé : **+71 % en 15 ans**, et il tend à dépasser le cancer du sein en mortalité.
- Les femmes touchées ont majoritairement **entre 55 et 74 ans**, âge où la mortalité est actuellement supérieure à celle par cancer du sein⁴.

► Cancer du sein et du col de l'utérus

- Le tabac augmente de **16 % le risque de cancer du sein** et de **10 % en cas de tabagisme passif**.
- Plus l'initiation au tabac est précoce, plus le risque est élevé.
- Il favorise aussi la survenue du **cancer du col de l'utérus**.

► Grossesse et fertilité

- Le tabac diminue la fertilité : les fumeuses mettent **deux fois plus de temps** à concevoir un enfant⁵.
- Pendant la grossesse, il entraîne fausses couches, prématurité, retard de croissance, troubles du développement cérébral et respiratoire, mort subite du nourrisson.
- Il perturbe aussi l'allaitement en réduisant la production de lait maternel ; de plus la nicotine passe dans le lait.

► Ménopause et os fragiles

- Les fumeuses sont ménopausées **2 à 3 ans plus tôt**.
- Le tabac favorise l'**ostéoporose** et les fractures.

► Apparence et peau

- Le vieillissement cutané est accéléré : rides précoces, teint terne, cheveux fragiles.
- Le risque de maladies bucco-dentaires et dermatologiques (dont psoriasis) est augmenté.

► Un facteur social et psychologique

- Les femmes sont plus rapidement dépendantes et ont plus de mal à arrêter.

⁴ <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/projection-de-l-incidence-et-de-la-mortalite-par-cancer-en-france-metropolitaine-en-2017>

⁵ Grange GILLE and Guibert JULIE. Tabagisme et grossesse Rev Prat ; 2012 : 62:344-346

L'info TABAC *du* MOIS

- Le tabagisme accentue les difficultés économiques.
- L'industrie du tabac continue de cibler les femmes, à travers la commercialisation de nouveaux produits et sa stratégie de « réduction des risques ». Les fabricants poursuivent leur marketing basé la séduction et la liberté, entretenant de **faux mythes**.

Mesdames,

il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

**Les bienfaits de l'arrêt se font sentir
immédiatement et se prolongent à tout âge,
même après 70 ans.**

**Faites de votre santé une priorité et engagez-
vous dès aujourd'hui dans l'arrêt du tabac.**

Vous êtes fumeur et vous souhaitez arrêter de fumer !

*Mettez toutes les chances de votre côté, **faites-vous aider par un professionnel de santé de
votre ville**,*

*Et consultez **Tabac Info Service** au **39 89** et sur **www.tabac-info-service.fr***

©Ville Libre Sans Tabac – Septembre 2025