



Les répercussions sur la santé d'une exposition à la fumée de tabac

Afin de protéger les non-fumeurs au travail et d'encourager les fumeurs à arrêter de fumer, des recommandations européennes ont été récemment publiées pour promouvoir des lieux de travail sans tabac. L'interdiction de fumer sur le lieu de travail a été appliquée dans plusieurs pays de l'UE. Cependant, sur certains lieux de travail les employés demeurent exposés à la fumée de tabac ambiante (FTA). De plus, on observe d'importantes disparités en la matière entre les différents États d'Europe, comme le montre une enquête effectuée en 2009 par la Commission européenne. En Grèce, 60% des personnes interrogées ont annoncé être exposées à la FTA sur leur lieu de travail. En revanche, les chiffres les plus bas ont été relevés au Royaume-Uni, en Finlande et en Suède où environ 10% des personnes interrogées ont rapporté ce problème.

L'exposition à la FTA, ou tabagisme passif, est une cause significative de maladie, de handicap et de mortalité dans l'UE. L'exposition professionnelle à la FTA désigne l'exposition à la fumée de tabac qui est présente sur le lieu de travail.

Ce qu'il faut savoir :

- Une personne exposée à la FTA est 20 à 30% plus susceptible de développer un cancer du poumon.
- Les personnes souffrant déjà de problèmes tels que l'asthme ou les maladies chroniques du poumon sont plus susceptibles de développer des problèmes de santé à la suite d'une exposition à la FTA.
- Le tabagisme passif augmente le risque de crise cardiaque de 25 à 35%. Les conséquences du tabagisme passif sur l'appareil cardiovasculaire, même pendant de courtes périodes (quelques

minutes ou quelques heures) seraient presque aussi nocives que chez un fumeur actif chronique.

- Les femmes exposées à la FTA au cours de leur grossesse sont plus susceptibles de donner naissance à un bébé ayant un poids inférieur à la moyenne, des malformations congénitales et des fonctions pulmonaires réduites. L'exposition à la FTA augmente aussi les risques pour l'enfant de devenir asthmatique.



Les aspects économiques du tabac au travail

- Fumer coûte cher. Des statistiques montrent que les fumeurs ont tendance à être plus souvent en arrêt maladie de courte et longue durée que les non-fumeurs. Les fumeurs sont moins productifs au travail lorsqu'ils font des pauses cigarette. Les risques d'incendie provoqués par les cigarettes et les dépenses supplémentaires de nettoyage et d'entretien s'ajoutent eux aussi au coût du tabac sur le lieu de travail.
- Les répercussions de la FTA sur la santé des non-fumeurs ne sont pas négligeables, et contribuent à augmenter les coûts liés au tabac pris en charge par l'entreprise.
- Autoriser le tabac dans ses locaux, c'est s'exposer à différents risques. Le coût de l'assurance incendie est plus élevé. Des employés sont susceptibles d'entamer une action en justice s'ils sont victimes de problèmes de santé.

Le tabac au travail : opinions répandues

- Les ingénieurs s'accordent sur le fait que, malgré l'opinion communément répandue, il n'existe pas de système de ventilation capable d'éliminer complètement la fumée. Cela signifie que les espaces fumeurs en intérieur contaminent toujours l'air des espaces non-fumeurs.
- Placer des espaces fumeurs près des portes d'entrée, des fenêtres ou des aérations d'un immeuble n'évite pas l'exposition professionnelle à la FTA, du fait des courants d'air.
- Les espaces fumeurs n'empêchent pas l'exposition des employés à la FTA. Le personnel de nettoyage travaille dans ces espaces durant ses heures de travail et est contraint de respirer l'air contaminé.
- Malgré une opinion répandue, la législation anti-tabac n'a pas d'effets négatifs sur le secteur de la restauration. Plusieurs études qui comparent les chiffres avant et après la loi d'interdiction dans l'UE et aux États-Unis ont révélé que les recettes auraient même augmenté.

Créer un environnement de travail sans tabac

Le meilleur moyen pour les employeurs de soutenir et de protéger leurs employés est de mettre en place une politique anti-tabac polyvalente comportant un programme de sevrage tabagique ainsi qu'une interdiction complète de fumer dans les locaux de l'entreprise :

Premier pas : encourager et aider les employés à arrêter de fumer

- Mettre l'accent sur les dommages causés par le tabac et motiver les fumeurs à arrêter en rappelant les avantages d'une vie sans tabac.
- Différents programmes d'aide à la cessation tabagique peuvent être remboursés par les compagnies d'assurance. Il peut être utile de demander une faible contribution financière aux fumeurs, afin qu'ils s'engagent pleinement dans les cours qui leur sont proposés. Afin d'augmenter la motivation des employés, il peut être bénéfique de les autoriser à participer aux cours durant leurs heures de travail.



Second pas : mettre en place une interdiction complète du tabac

Lorsque l'on applique certaines recommandations, l'interdiction de fumer est généralement respectée et les fumeurs comme les non-fumeurs approuvent le plus souvent ce type de mesures. .

Plusieurs principes-clés pour aider à mettre en place plus facilement ces mesures et assurer leur succès :

- Mettre en avant les effets néfastes pour la santé d'une exposition à la FTA, et le droit de chacun à travailler dans un environnement sans FTA.

- Mettre en place un comité qui veille à l'application des mesures et introduire les mesures en douceur en :
 - Impliquant les employés dans leur mise en place et gagner le soutien des représentants du personnel ;
 - Obtenir la pleine participation des dirigeants de l'entreprise en les encourageant à participer au comité.
- Formuler et distribuer une charte écrite qui détaille les nouvelles règles. Celle-ci doit comprendre des indications claires concernant le but des mesures appliquées.
- Créer un calendrier montrant les différents stades du processus, les conséquences en cas de non-application des mesures ainsi que les personnes-relais qui pourront répondre à toutes les questions portant sur les mesures.
- Mettre à disposition des programmes gratuits de soutien à la cessation tabagique ainsi que la possibilité d'entretiens réguliers stimulant les efforts réussis de sevrage.
- Fournir des formations et des informations générales aux managers, aux responsables et aux représentants du personnel.
- N'autoriser aucune exception dans les locaux de l'entreprise à partir du moment où l'interdiction est en place.
- Être conscient des effets négatifs que peut avoir l'interdiction de fumer, comme le risque accru d'incendie causé par des personnes qui tenteraient de fumer en cachette.

La planification à long terme et l'information concernant l'implémentation d'interdiction de fumer sont indispensables afin de permettre aux employés de se préparer au changement. Plusieurs mois de préparation sont nécessaires à cette mise en place.

Pour en savoir plus :

Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail, Prévention des effets néfastes de la fumée de tabac sur le lieu de travail :

http://osha.europa.eu/fr/topics/whp/index_html

Film Napo sur la fumée de tabac :

<http://osha.europa.eu/en/topics/whp/smoke-at-work>

Vous pouvez également lire les brochures *Conseils pour les fumeurs* et *Conseils pour les non-fumeurs*.



Bon à savoir : La DG Santé et Consommateurs de la Commission européenne a lancé une nouvelle campagne anti-tabac, en 2011 appelée « Les Ex-Fumeurs Rien ne les Arrête ». Cette campagne de 3 ans présente un outil extrêmement efficace qui aide les fumeurs à arrêter de fumer. iCoach est une plate-forme de coaching en ligne accessible gratuitement dans les 23 langues officielles de l'UE. Mais contrairement aux autres outils déjà disponibles sur la toile, iCoach s'adresse également aux personnes qui ne se sentent pas encore prêtes à arrêter de fumer ainsi qu'aux ex-fumeurs présentant un fort risque de rechute. Les résultats sont remarquables puisque près de 30% des personnes ayant démarré le programme finissent par arrêter de fumer. Pour plus d'informations : www.exsmokers.eu