

# Le coronavirus soulève l'importance d'un plan antitabac cohérent

Le coronavirus a chamboulé nos vies et souligné le rôle crucial d'un système de santé performant et d'une prévention de qualité. Personne n'a jamais autant prôné l'intérêt d'un mode de vie sain. Avant le début de la crise, 74% des fumeurs envisageaient d'arrêter de fumer. Le coronavirus leur donne aujourd'hui un argument supplémentaire pour franchir le pas. Les fumeurs sont en effet une population à risque face à toute une série de problèmes de santé, dont le cancer, les maladies cardiovasculaires, les affections pulmonaires et le diabète. Ces maladies les rendent beaucoup plus vulnérables et multiplient le risque de symptômes graves et d'effets indésirables en cas de contamination par le Covid-19.

La pertinence du sevrage tabagique, qui n'a jamais été autant justifiée, ne se reflète pourtant pas dans le comportement des fumeurs. Au contraire. Une enquête menée par Sciensano durant le confinement révèle que 47% des fumeurs n'ont rien changé à leurs habitudes durant la crise. Et 37% avaient même fumer plus qu'avant.

Les fumeurs doivent être accompagnés

À l'occasion de la Journée mondiale sans tabac de ce 31 mai, l'Alliance pour une société sans tabac enjoint aux autorités publiques de ne pas oublier les fumeurs et de leur offrir l'accompagnement dont ils ont besoin pour concrétiser leur projet de sevrage. Un mode de vie sain ne relève en effet pas de la seule et unique responsabilité d'un individu. Il ne suffit pas de vouloir et de faire de son mieux – surtout en ce qui concerne le tabagisme – car fumer n'est pas un choix librement posé: c'est une addiction tenace. La première cigarette et la volonté d'arrêter de fumer sont deux ac-



Chaque année, dans notre pays, les maladies liées au tabagisme sont à l'origine de près de 14 000 décès, soit une quarantaine par jour.

Les textes publiés dans ces pages ont pour but d'alimenter le débat. Ils n'engagent que leurs auteurs qui n'appartiennent pas à la rédaction de "La Libre Belgique".

## Opinion

Danielle van Kalmthout

De l'Alliance pour une société sans tabac, et un ensemble de signataires <sup>(1)</sup>

■ Alors que le coronavirus a rappelé combien le tabac était dangereux, 37% des fumeurs reconnaissent davantage fumer qu'avant le confinement. Il est temps de mettre en place un plan ambitieux, car la Belgique ne s'investit pas assez dans la lutte contre le tabagisme.

tes très largement conditionnés par l'entourage. Et c'est précisément là que le bât blesse. Comme le souligne la Commission européenne, la Belgique ne s'investit pas suffisamment dans le cadre de la prévention. Il en va de même pour les Régions, dont les efforts ne suffisent pas à contrer le fléau du tabac.

Pas moins de 40 décès par jour

Aujourd'hui, les fumeurs représentent encore 19% de la population belge de plus de 15 ans. Chaque année, dans notre pays, les maladies liées au tabagisme sont à l'origine de près de 14 000 décès, soit une quarantaine par jour! Ces chiffres classent le tabagisme au rang de première cause de mortalité évitable. Un fumeur sur deux décède des suites de son addiction. Au cours de sa vie (généralement plus courte que la normale), il est également confronté à davantage de problèmes de santé et à une moins bonne qualité de vie. La crise du coronavirus souligne clairement et douloureusement, une fois de plus, la grande vulnérabilité des fumeurs.

Un plan ambitieux

Afin de mettre un terme aux conséquences désastreuses de l'épidémie de tabagisme, tant pour le fumeur que pour la société, il est urgent d'adopter un plan antitabac ambitieux. Aujourd'hui plus que jamais. Il s'agit, par exemple, mais pas exclusivement, d'investir dans des campagnes d'aide au sevrage et des aides pharmacologiques gratuites ou abordables pour les groupes de fumeurs défavorisés.

Seul un ensemble cohérent de mesures qui se renforcent mutuellement permettra d'éviter que l'épidémie de tabagisme continue à faire son lot de victimes. Nous avons besoin de mesures qui encouragent activement les fumeurs à cesser de fumer et qui les soutiennent dans

leur démarche. Nous avons aussi besoin de mesures qui, en luttant contre les opérations de séduction de l'industrie du tabac, éviteront que de nouveaux fumeurs tombent dans la dépendance.

Le coronavirus nous montre que c'est possible

S'il y a une chose que la crise actuelle nous aura apprise, c'est qu'il est possible de mobiliser les autorités et les citoyens face à une crise sanitaire. Pour protéger la population contre le Covid-19, les gouvernements ont pris des décisions énergiques et imposé des mesures qui auraient été totalement impensables avant la crise. Il est grand temps qu'ils adoptent une attitude similaire dans la lutte contre le tabagisme. Nous espérons que les tergiversations qui empêchent les responsables politiques d'intervenir avec fermeté appartiennent dorénavant au passé et que les autorités prendront enfin les mesures qui s'imposent pour mettre un terme à l'impact dévastateur du tabac dans la société.

→ <sup>(1)</sup>: Cette carte blanche est également signée par Suzanne Gabriels (Fondation contre le cancer), Hedwig Verhaegen (Kom op tegen kanker), Sandrine Daoud (Ligue cardiologique belge), Caroline Rassin (Fonds des affections respiratoires – Fares), François Dekeyser (Service d'étude et de prévention du tabagisme – Sept), Pierre Bizel (Observatoire de la santé du Hainaut – OSH), Meike Pappens (Vlaamse vereniging voor respiratoire gezondheidszorg en tuberculosebestrijding – VRGT), Stefaan Hendrickx (Vlaams instituut gezond leven) et Lieve Declercq (Gezinsbond)

→ Titre, chapô et intertitres sont de la rédaction. Titre original: "La crise du Covid-19 met en lumière l'importance d'un plan antitabac cohérent"

## OPINION

### N'oublions pas les élèves porteurs d'un handicap

■ Durant le confinement, ces jeunes, éloignés de l'enseignement spécialisé, ont parfois manqué de soins. Nous aimerions les voir de retour à l'école d'ici le 30 juin.

Isabelle, Marion, Sabine, Céline et Stéphanie

Membres de l'équipe éducative d'une école secondaire d'enseignement spécialisé dans le Brabant wallon

Dans notre école secondaire d'enseignement spécialisé, petite école familiale accueillant des élèves porteurs d'un handicap moteur, nous avons choisi un métier humain. Un métier où nous prenons soin des jeunes au quotidien en cherchant à augmenter leur épanouissement social et à leur donner une autonomie maximale. Cela en veillant, de par chacune de nos fonctions conjointes, à leur bien-être physique, à leur capacité de communication, à leur bien-être psychologique.

Pour ce faire, nous nous devons d'être proches d'eux. Nous voulons qu'ils se sentent valables et appréciés pour ce qu'ils sont, avec leurs différences et leurs degrés variables de dépendance.

Pour les emmener loin

Moi, insti, je leur apprends les choses de la vie, je leur permets de partager, d'échanger. Je leur donne les outils pour évoluer dans le monde qui les entoure et pour leur apprendre à faire confiance à l'autre. Je leur montre qu'ils peuvent "s'appuyer" sur des personnes de confiance pour petit à petit arriver à la meilleure autonomie possible.

Ils ont entre 12 et 21 ans mais je suis tout près d'eux dans chacun des actes du quotidien et pour chacun des apprentissages. Pour tourner une page, tenir un crayon, se déplacer, aller en récré...

Moi, logo, je cherche à améliorer leur communication en leur permettant d'exprimer leurs joies et leurs inquiétudes, leurs besoins et ce qui leur fait plaisir.

Ils ont entre 12 et 21 ans mais je suis tout près d'eux pour leur tendre leur cahier de communication PODO, indispensable pour lire, pour écrire. Je suis tout près d'eux pour leur donner à manger et à boire. Je leur donne la main pour pointer un picto ou tenir une cuillère.

Moi, kiné, je les installe en classe, dans leur chaise roulante, dans leur plan de verticalisation, au sol, sur des tapis, dans le minibus, en voiture...

Ils ont entre 12 et 21 ans mais ils sont dans mes bras, sur mes genoux. Ils sont debout contre moi pour marcher. Je leur donne la main, le coude. Je leur tiens le

bras, les hanches. Je déplace leurs pieds, je positionne leur tête. Je les aide à bien bouger, à bouger mieux.

Nous sommes aussi puéricultrices, infirmières, psychologues, éducateurs...

Et c'est tous ensemble que, pour répondre à leurs besoins de base, chaque jour, nous leur donnons à manger et à boire, nous les emmenons aux toilettes, nous les aidons à se moucher, à s'essuyer la bouche. Nous enfions leur veste, nous enlevons leur pull. Nous leur mettons de la crème solaire, et leur donnons leurs médicaments, nous soignons leurs blessures, nous jouons au ballon...

Tous, nous sommes amenés à les prendre dans nos bras pour les rassurer, pour les calmer, pour les contenir, pour les bercer.

Nous les prenons par la main pour leur faire savoir que tout va bien, qu'ils sont là pour apprendre et que nous sommes là pour les emmener aussi loin qu'ils pourront dans leurs apprentissages.

Nous les aimons

Rien de tout cela n'est superflu. Nous ne pouvons nous passer d'aucun de ces gestes pour travailler à leurs côtés.

Nous souhaitons les revoir, et au plus vite. Certains d'entre eux, souvent les plus dépendants, ont manqué de soins et de liens essentiels durant ce confinement.

Nous pouvons nous laver les mains très souvent, porter une blouse, voire un masque, être attentifs aux signes cliniques, désinfecter le matériel... mais ne nous demandez pas de rester loin d'eux, de ne pas les toucher et, encore pire, de n'accepter le retour à l'école que de ceux qui sont autonomes.

Nous aimons nos métiers et nos fonctions au sein de notre école. Nous aimons nos élèves et nous pensons sincèrement que, en dehors de ceux (et ils sont peu nombreux) qui présentent de réels risques médicaux face au Covid, nous choisissons de donner à chacun la possibilité de revenir à l'école d'ici le 30 juin.

→ Titre, chapô et intertitres sont de la rédaction