



Cette lettre d'information signale une conclusion médicale et ses implications pour la pratique de soins, publiée en décembre 2014 dans la Cochrane Library.

Contacts auprès des médias:

Wiley : Evelyn Martinez (US): +1 201 748 6358

sciencenewsroom@wiley.com

Cochrane Library Cochrane Press Office: Jo Anthony (UK): +44 (0) 1865 310138 or +44 (0) 7990 031904

pressoffice@cochrane.org

.Nouveau ! Suivez Wiley sur Twitter @WileyResearch

[Accès au résumé complet en français](#)

De nouvelles données probantes démontrent que la cigarette électronique facilite le sevrage tabagique

Les cigarettes électroniques aident-elles à arrêter de fumer? Oui, mais...

Une nouvelle revue Cochrane a découvert des preuves émergentes suggérant que les fumeurs qui utilisent les cigarettes électroniques peuvent arrêter ou réduire leur consommation de tabac. La première revue Cochrane sur ce sujet, publiée aujourd'hui dans la Bibliothèque Cochrane, apporte quelques premières indications sur la cigarette électronique comme une aide pour arrêter de fumer et réduire sa consommation. Cette revue, qui s'appuie sur deux essais randomisés, a constaté que les cigarettes électroniques contenant de la nicotine étaient plus efficaces que les cigarettes électroniques sans nicotine (placebo) pour aider les fumeurs à abandonner cette habitude. Ces résultats doivent cependant être confirmés par d'autres études. Le tabagisme, coûteux et très addictif, est un problème de santé majeur dans le monde. Même si de nombreux fumeurs souhaitent arrêter, peu réussissent à long terme. Une des stratégies les plus couramment utilisées pour aider à combattre le manque lié à la dépendance à la nicotine est de fournir de la nicotine via des patch et des gommes à mâcher. Les cigarettes électroniques existent sous certaines formes depuis des années, mais leur popularité a considérablement augmenté récemment. Contrairement aux gommes à mâcher et aux patch, elles imitent l'expérience de la cigarette, car elles sont tenues à la main et génèrent à l'utilisation une vapeur ressemblant à de la fumée. Les cigarettes électroniques procurent aux fumeurs un «hit» de nicotine et aident à recréer des sensations de fumer similaires sans les exposer eux-mêmes ou d'autres à la fumée de cigarettes classiques. Elles sont utilisées par de nombreux fumeurs, mais nous en savons peu jusqu'ici sur leur efficacité pour aider les gens à arrêter, ou sur leurs effets à long terme. L'équipe de chercheurs basés au Royaume-Uni et en Nouvelle-Zélande a trouvé deux essais randomisés qui avaient analysé les données de 662 fumeurs actuels. Les chercheurs ont étudié notamment les effets de cigarettes électroniques sur le taux de sevrage et le nombre de personnes ayant réussi à réduire leur consommation de cigarettes d'au moins 50%. Ils ont également examiné les effets indésirables rapportés par les utilisateurs. Enfin, l'équipe a aussi pris en compte des données probantes issues de 11 études observationnelles.

Les résultats mettent en évidence des effets bénéfiques de cigarettes électroniques, mais ils sont limités par le petit nombre d'essais et les échantillons réduits analysés dans ces études. Environ 9% des fumeurs qui ont utilisé des cigarettes électroniques ont pu arrêter de fumer dans une période

allant jusqu'à un an. En comparaison, ce pourcentage était d'environ 4% parmi les fumeurs ayant utilisé des cigarettes électroniques sans nicotine. Lorsque les chercheurs ont examiné les données sur la réduction de la consommation chez les personnes qui n'avaient pas arrêté de fumer, ils ont constaté que 36% des utilisateurs de cigarettes électroniques avaient réduit de moitié le nombre de cigarettes classiques. Ce pourcentage était de 28% chez les utilisateurs ayant reçu le placebo. Seul l'un des essais a examiné les effets de cigarettes électroniques par rapport à des patch, et il suggère une efficacité similaire des deux traitements. Aucun effet indésirable grave n'est survenu lors d'une utilisation à court ou à moyen terme de la cigarette électronique.

Un des auteurs de la revue, le professeur de psychologie clinique Peter Hajek, commente ces résultats : « Bien que notre confiance dans les effets des cigarettes électroniques à titre d'interventions de sevrage tabagique soit limitée en raison du petit nombre d'essais, ces résultats sont encourageants. Dans les deux essais, les cigarettes électroniques utilisées étaient à faible libération de nicotine. Il est donc probable que les produits plus récents sont plus efficaces, car les recherches antérieures suggèrent qu'une livraison plus rapide de nicotine en quantité plus importante favorise les effets du traitement. Plusieurs études en cours permettront par la suite de répondre à cette question plus en détail. »

Un autre auteur de la revue, Jamie Hartmann-Boyce, déclare : « Les cigarettes électroniques sont devenues populaires auprès des fumeurs qui veulent réduire les risques du tabagisme. Aucune des études incluses dans cette revue n'a constaté que les fumeurs ayant utilisé des cigarettes électroniques à court terme (2 ans ou moins) aient eu un risque accru pour la santé par rapport aux fumeurs n'ayant pas utilisé de cigarettes électroniques. Par ailleurs, nous n'avons trouvé aucune preuve dans les études d'observation que les gens ayant utilisé des cigarettes électroniques en même temps que des cigarettes classiques aient été moins susceptibles d'arrêter de fumer. Les résultats suggèrent que, par rapport aux cigarettes électroniques sans nicotine, les cigarettes électroniques avec de la nicotine aident les gens à arrêter de fumer ou à réduire leur consommation, mais d'autres études sont nécessaires. »

Pour David Tovey, rédacteur en chef chez Cochrane, il s'agit d'une étude importante. « Cette revue constitue un rappel opportun des défis rencontrés par les fumeurs qui trouvent qu'arrêter de fumer est difficile. Les résultats obtenus jusqu'à présent doivent être consolidés par d'autres comparaisons entre les cigarettes électroniques et d'autres moyens traditionnels de sevrage tabagique tels que la gomme à mâcher et les patch, ainsi que par des données probantes sur l'innocuité à long terme. »

Note à l'intention des rédacteurs

Pour accéder à l'étude complète, [cliquez ici](#).

Référence complète : McRobbie H, Bullen C, Hartmann-Boyce J, Hajek P. Electronic cigarettes for smoking cessation and reduction. Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 12. Art. No.: CD010216. DOI: 10.1002/14651858.CD010216.pub2.

URL: <http://doi.wiley.com/10.1002/14651858.CD010216.pub2>

Contactez les auteurs pour un entretien : h.j.mcrobbie@qmul.ac.uk ou contact presse c.scouller@qmul.ac.uk; c.bullen@nihi.auckland.ac.nz ou contact presse s.phillips@auckland.ac.nz; p.hajek@qmul.ac.uk ou contact presse c.scouller@qmul.ac.uk; jamie.hartmann-boyce@phc.ox.ac.uk ou contact presse dan.richards-doran@phc.ox.ac.uk.

À propos de la *Bibliothèque Cochrane*

La *Bibliothèque Cochrane* contient de l'information de haute qualité sur la santé, y compris la base des revues systématiques Cochrane par la Collaboration Cochrane. Les revues systématiques Cochrane s'appuient sur un travail de synthèse des recherches sur les effets des soins de santé et sont considérées comme la référence pour déterminer l'efficacité relative des différentes interventions. La Collaboration Cochrane (<http://www.cochrane.org>), une organisation internationale à but non lucratif enregistrée au Royaume-Uni, est le chef de file mondial de la production de revues systématiques. Il a été démontré que les revues systématiques Cochrane ont une qualité égale ou supérieure et sont mises à jour plus souvent en comparaison avec celles qui sont publiées dans les publications imprimées (Wen, J. et al., « The reporting quality of meta-analyses improves: a random sampling study », *Journal of Clinical Epidemiology*, 2008, 61, p. 770-775).

En juillet 2014, Thomson ISI a attribué un facteur d'impact de 5,939 à la base des revues systématiques Cochrane.

La *Bibliothèque Cochrane* est publiée par Wiley, au nom de la Collaboration Cochrane.

La *Bibliothèque Cochrane* en podcast : une collection de podcasts sur une sélection de revues Cochrane, par des auteurs dans ce numéro, sont disponibles à www.cochrane.org/podcasts.

Accéder à la *Bibliothèque Cochrane*

La *Bibliothèque Cochrane* est accessible à www.thecochranelibrary.com. Les utilisateurs invités peuvent consulter le résumé scientifique ainsi que le résumé en langue simplifiée pour l'ensemble des revues de la base de données. Les représentants des médias peuvent demander un accès complet au contenu de la bibliothèque. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les coordonnées ci-dessous. Un certain nombre de pays, y compris des pays figurant sur la liste des économies à revenu faible ou intermédiaire (pays au revenu national brut [RNB] par habitant inférieur à 4 700 \$) de la Banque mondiale, ont établi des dispositions nationales selon lesquelles une partie ou l'ensemble de leurs résidents peuvent accéder à la *Bibliothèque Cochrane* gratuitement. Pour en savoir plus, veuillez visiter www.thecochranelibrary.com/FreeAccess.

À propos de la Collaboration Cochrane

Cochrane est un réseau international et indépendant de chercheurs, de professionnels de la santé et d'utilisateurs de soins de santé ainsi que de soignants, de représentants et de personnes intéressées par la santé. La Collaboration vise à relever le défi de rendre utiles les grandes quantités de données générées par la recherche pour prendre des décisions éclairées en matière de santé. La Collaboration Cochrane est un organisme sans but lucratif formé de collaborateurs dans plus de 120 pays, qui unissent leurs forces pour produire de l'information sur la santé crédible et accessible, libre de toute commandite commerciale ou de tout autre conflit d'intérêts (www.cochrane.org). Suivez-nous sur Twitter [@cochranecollab](https://twitter.com/cochranecollab).

À propos du Centre Cochrane Français

Créé en 2010 à l'hôpital Hôtel-Dieu à Paris, le Centre Cochrane Français fait partie des 14 centres de la Collaboration Cochrane dans le monde.

Les principales missions du centre sont les suivantes :

- Promouvoir et soutenir la participation des francophones dans la Collaboration Cochrane
- Promouvoir les activités et les valeurs de la Collaboration Cochrane en France, en établissant des liens avec chaque acteur du système de soins (professionnels, représentants de patients et autorités en santé)
- Faire connaître, améliorer l'accès et l'utilisation des revues Cochrane
- Développer et coordonner la formation des auteurs et des utilisateurs des revues Cochrane en France et dans les régions francophones
- Promouvoir la recherche méthodologique dans le champ des revues systématiques
- Promouvoir le concept de médecine fondée sur des preuves

Depuis environ 3 ans, le Centre Cochrane Français traduit les résumés des revues Cochrane et les rend disponibles aux chercheurs, médecins et patients intéressés.

[Plus de 4300 résumés de revues Cochrane sont disponibles en français sur le site Cochrane Summaries](#)

Si vous souhaitez demander un accès complet au contenu de la *Bibliothèque Cochrane*, veuillez envoyer un courriel à sciencenewsroom@wiley.com ou pressoffice@cochrane.org.