

## 31 mai - Journée mondiale sans tabac : encourager chaque tentative

Le tabac reste la première cause de mortalité évitable en France, responsable de plus de 75 000 décès chaque année. Sa consommation s'accompagne de fortes inégalités sociales, tant dans l'exposition au risque que dans la capacité à arrêter. Si près de deux tiers des fumeurs déclarent vouloir arrêter, ils sont encore trop peu nombreux à y parvenir durablement.

À l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, Santé publique France invite chaque fumeur à faire une tentative d'arrêt et mobilise les réseaux sociaux pour amplifier le mouvement. Nouveaux résultats, campagne d'incitation à l'arrêt et appel à l'engagement : l'enjeu est clair, faire du 31 mai un moment clé pour enclencher le changement vers une vie sans tabac.

### Une dynamique positive... marquée par de fortes inégalités

Santé publique France a analysé les données du Baromètre de Santé publique France 2021, pour mieux comprendre les dynamiques d'arrêt du tabac et les profils de ceux qui parviennent à arrêter.

Cette analyse publiée aujourd'hui dans le BEH montre que près d'un quart des adultes de 18 à 85 ans de France hexagonale sont des ex-fumeurs quotidiens (23,9%), et parmi ces derniers, près d'un tiers a arrêté dans les 5 années précédentes (29,8%). Ces deux chiffres sont en hausse par rapport à 2010 et montrent que les arrêts du tabac ont largement contribué à la baisse du tabagisme observée entre 2016 et 2019.

L'arrêt du tabac est plus fréquent chez les personnes plus âgées, diplômées du supérieur, ou utilisant la cigarette électronique. En revanche, il est moins fréquent chez les chômeurs, les personnes en difficulté financière, les consommateurs excessifs d'alcool, ou les femmes ayant connu une dépression récente.

Ces données traduisent une progression encourageante, mais révèlent aussi des écarts selon les profils sociaux et les conditions de vie. Ces résultats confirment la nécessité de renforcer les politiques de lutte contre le tabac, en les adaptant aux réalités sociales, économiques et psychologiques des fumeurs.

Ils soulignent également la nécessité d'une approche adaptée et bienveillante de l'arrêt du tabac, et le rôle des professionnels de santé est en ce sens primordial.

### Une campagne nationale pour soutenir les tentatives d'arrêt

C'est dans cet esprit que Santé publique France déploie la seconde phase de sa campagne nationale de prévention « Les tentatives », lancée en février 2025. Elle vise à lever les peurs et les barrières qui entourent l'arrêt du tabac, à rappeler qu'il peut y avoir plusieurs tentatives avant d'y parvenir définitivement. Elle encourage chaque fumeur à envisager l'arrêt comme un processus, où chaque essai est une étape qui compte pour réussir.

À l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, la campagne prend un nouvel élan avec un objectif fort : faire du 31 mai une journée déclencheur, autour du message : « Un jour pour essayer d'arrêter ».

Le 31 mai, c'est l'occasion d'essayer d'arrêter : parce que chaque tentative compte, et peut être le premier pas vers un arrêt définitif.

### Un dispositif digital pour amplifier le mouvement

Pour renforcer l'impact de cette mobilisation, Santé publique France active un dispositif viral sur les réseaux sociaux à partir du 28 mai. Objectif : créer un élan collectif « sans tabac » et accroître la notoriété de Tabac info service.

- Un « profil » santé légitime et engagé auprès de sa communauté - **Michel Cymes** incitera ses abonnés à tenter d'arrêter de fumer le 31 mai et leur proposera de partager l'expérience, les difficultés rencontrées et leurs conseils.
- Un contenu mobilisateur – Une vidéo diffusée sur ses comptes Instagram, et TikTok, ainsi que sur ceux de Tabac info service (Instagram, TikTok et Facebook), encouragera les fumeurs à s'engager pour une tentative.

*« L'arrêt du tabac reste un enjeu majeur, au niveau collectif comme au niveau individuel, pour chaque fumeur. En cette Journée mondiale sans tabac, nous voulons montrer qu'arrêter de fumer est possible, et que chacun mérite d'être accompagné »,* déclare le Dr Caroline Semaille, directrice générale de Santé publique France.

#### **Des ressources pour accompagner chaque tentative**



- Des outils personnalisés sur [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)
- Une appli gratuite pour être accompagné au quotidien
- Un accompagnement gratuit par des tabacologues via le 39 89, de 8 h à 20 h du lundi au samedi (*appel non surtaxé*)

#### **CONTACTS PRESSE**

**Santé publique France :** [presse@santepubliquefrance.fr](mailto:presse@santepubliquefrance.fr)

Stéphanie Champion : 01 41 79 67 48 - Camille Le Hyaric : 01 41 79 68 64 – Céline Coulaud : 01 41 79 68 22 – Marie Delibéros : 01 41 79 69 61