Sevrage du tabac: les substituts de nicotine vraiment en question?

Jacques Cornuz

Si vous cherchez un article scientifique pour votre prochain cercle de qualité, pour le journal-club de votre service ou à partager avec un étudiant ou jeune assistant en stage dans votre cabinet, et qui soit emblématique des limites méthodologiques de la recherche médicale, alors n'hésitez pas: lisez et commentez la récente étude publiée dans *Tobacco Control* (impact factor 3) mettant en doute l'efficacité des substituts de nicotine (SN) [1].

Vous ne l'avez probablement pas remarqué, mais cette publication a créé une vive polémique dans la presse anglo-saxonne, puisque même les prestigieux New York Times et Wall Street Journal en ont fait leur titre.

Concours pour arrêter de fumer 2012
Les fumeuses et les fumeurs qui font une pause sans tabac du 4 juin au 2 juillet 2012 peuvent participer au concours pour arrêter de fumer. Les prix tirés au sort sont de 5000 francs pour le premier prix et de dix fois 500 francs.
Les fumeurs peuvent s'inscrire à la page www.at-suisse.ch ou par écrit au moyen d'une carte d'inscription. L'Association suisse pour la prévention du tabagisme met gratuitement à disposition des cartes d'inscription et des affiches (veuillez passer commande à la page www.at-suisse.ch ou au numéro 031 599 10 20.)
Le concours pour arrêter de fumer est une action du Programme national d'arrêt du tabagisme. Il est lancé le 31 mai à l'occasion de la Journée mondiale sans tabac. Les organisations partenaires du concours sont la Fédération des médecins suisses FMH, pharmaSuisse la Société Suisse des Pharmaciens, la Société Suisse d'Odonto-stomatologie SSO, l'Association suisse des infirmières et infirmiers et Swiss Dental Hygienists.

De quoi s'agit-il?

Selon cette étude, réalisée aux Etats-Unis et qui porte sur près de 800 personnes ayant récemment arrêté de fumer (*recent quitters*), l'efficacité des substituts de nicotine (SN), tels que patchs et gums, serait nulle sur le long terme (2–3 ans), avec ou sans conseil.

Cette étude posait une question importante: l'efficacité *réelle, celle du terrain, de la réalité clinique,* des SN au sein d'une population. Elle comporte cependant de nombreuses limites méthodologiques, si bien que ses résultats ne permettent pas d'affirmer que les substituts sont inefficaces. Parmi celles-ci, relevons les plus importantes.

Premièrement, les chercheurs se sont intéressés, non pas à l'efficacité des SN chez les fumeurs souhaitant arrêter de fumer (*smoking cessation*), mais à leur éventuelle efficacité pour éviter – à long terme – la rechute (*relapse prevention*), ce qui est une autre question.

Deuxièmement, cette étude comporte un bel exemple de biais de sélection qui nous rappelle qu'une association n'est pas un lien de causalité! En effet, quand les auteurs rapportent ne pas avoir observé plus de nouveaux arrêts chez ceux ayant décidé d'utiliser un SN que chez ceux qui ont décidé (sic!) de ne pas les utiliser, ils omettent que les premiers, qui choisissent un SN, sont souvent très dépendants de la nicotine, et ne sont donc pas comparables aux seconds.

Troisièmement, cette étude ne donne pas suffisamment d'information sur l'utilisation des SN (dosage, durée, etc.). C'est comme affirmer que certains antibiotiques seraient inefficaces, alors que certains patients ne les auraient pris que durant 24 heures et pour une infection virale!

Enfin, la généralisation des résultats, si tant est qu'on les considère comme valables, est difficile, puisqu'aux USA, les SN peuvent être achetés dans les supermarchés!

Pour beaucoup de nos patients fumeurs, la dépendance nicotinique est l'un des obstacles majeurs à l'arrêt. De très nombreux essais cliniques ont montré que la prescription de SN, assortie d'un conseil, augmente le succès du sevrage avec un taux de réussite atteignant parfois jusqu'à 20–25%. Nous ne sommes, certes, pas dans la médecine triomphante. Mais vous pouvez toujours proposer des SN à vos patients fumeurs, certains en bénéficieront pour arrêter leur tabagisme!

Correspondance:
Prof. Jacques Cornuz
Policlinique médicale universitaire
Rue du Bugnon 44
CH-1011 Lausanne
Tél. 021 314 60 60
Fax 021 314 48 88

Référence

1 Alpert HR, Connolly GN, Biener L. A prospective cohort study challenging the effectiveness of population-based medical intervention for smoking cessation. Tab. Control. 2012; Mar 23. [Epub ahead of print]. http://tobaccocontrol.bmj.com/content/early/2012/01/10/tobaccocontrol-2011-050129.short?rss=1