

## La crise sanitaire, une bonne opportunité pour arrêter de fumer

### A l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, l'Institut Jules Bordet fait le lien entre Covid-19 et arrêt du tabac.



Bruxelles, le 28 mai 2021 – Depuis plus d'un an, la Covid-19 bouscule nos vies, mettant à mal notre santé, nos relations sociales, notre quotidien, notre manière de travailler. Néanmoins, le coronavirus peut avoir un impact positif sur les fumeurs. Et si cette période de crise sanitaire était le bon moment pour arrêter de fumer ? Martial Bodo, tabacologue à l'Institut Jules

Bordet, nous éclaire sur les liens entre le tabac et la Covid-19. Il nous explique également pourquoi cette crise est le bon moment pour se libérer de cette addiction.

**« Les fumeurs ont moins de chance de développer des formes grave de la maladie ». Faux !**

En début de pandémie, de nombreuses informations ont circulé, relatant que les fumeurs, grâce à la nicotine, seraient mieux protégés contre la maladie du Covid-19.

Or, le fait de fumer affaiblit les capacités pulmonaires et rend le fumeur plus vulnérable face aux infections respiratoires en général. La Covid-19 est une maladie qui affecte principalement les poumons et les voies respiratoires. Le tabagisme altère les capacités de l'organisme à se défendre contre les maladies respiratoires dont le coronavirus. Au-delà des problématiques respiratoires, le tabagisme provoque de graves problèmes de santé au niveau cardiaque, cardio-vasculaire et circulatoire ainsi que toute une série de cancers (du poumon, de la langue, du pharynx, ...). Avoir un système immunitaire en bonne santé permet de mettre toutes les chances de son côté pour se défendre au mieux contre la maladie du Covid-19.

Les possibles effets protecteurs de la nicotine face au Covid-19 n'ont, à ce jour, pas été prouvés. La nicotine, contenue dans le tabac mais aussi dans la cigarette électronique avec recharge de nicotine, est une drogue et induit donc une dépendance. Sa consommation ne doit pas être prise à la légère.

Gardons en tête que le tabagisme fait environ 17 000 morts en Belgique chaque année, 47 par jour. Sans compter toutes les personnes qui développeront des comorbidités par des maladies lourdes liées au tabagisme.

## **Une période particulière, propice à l'arrêt du tabac.**

Cette période de confinement peut être l'opportunité d'entamer un processus d'arrêt du tabac. En effet, la Covid-19 a mis la santé au centre des attentions. Nous avons pris conscience que cette dernière est fragile et qu'il faut en prendre soin. Le port du masque est devenu la norme pour nous protéger. Or, l'enlever pour fumer nuit à son effet protecteur.

« Cette période induit un ressenti de privation de liberté. Se libérer de l'esclavagisme imposé par la dépendance au tabac est, somme toute, une revanche par l'acquisition d'une nouvelle liberté retrouvée » explique Martial Bodo.

Avec la crise du coronavirus, nos quotidiens sont totalement chamboulés, nos routines et habitudes également : moins de contacts sociaux, moins de déplacements ou encore télétravail généralisé. Ces changements influent aussi sur la consommation de tabac. Pour les fumeurs qui avaient l'habitude de fumer à des moments précis cela sera l'occasion de supprimer ces cigarettes. Nous sommes également plus chez nous. Ne plus fumer permet de ne pas imposer un tabagisme passif aux membres de notre foyer.

Cette période peut être vue comme une période stimulante pour prendre de nouvelles habitudes et se créer des routines plus saines.

## **Une équipe de professionnels entièrement dédiés à l'accompagnement des fumeurs.**

A l'Institut Jules Bordet, une équipe de tabacologues accompagne et soutient ceux qui souhaitent entamer une démarche d'arrêt de tabac. Les consultations se déroulent à la clinique de dépistage de l'Institut. Pas besoin d'être patient de l'hôpital pour bénéficier de ce service, il est ouvert à tous et entièrement remboursé par la mutuelle pour les 8 premières consultations. Les consultations se déroulent en Français, Néerlandais et Anglais.

Consultez le site internet de l'Institut Jules Bordet pour en savoir plus sur les services du CAF, Centre d'Aide aux Fumeurs : <https://www.bordet.be/fr/informations-pratiques>

---

### **Contacts Presse**

#### **Institut Jules Bordet**

Martial Bodo

GSM : +32 497 108 100

E-mail : [martial.bodo@bordet.be](mailto:martial.bodo@bordet.be) ou [martial.bodo@gmail.com](mailto:martial.bodo@gmail.com)

[www.bordet.be](http://www.bordet.be)

---

## À propos de L'Institut Jules Bordet

---

Centre multidisciplinaire intégré, unique en Belgique, l'Institut Jules Bordet est un hôpital autonome entièrement consacré aux maladies cancéreuses.

Depuis 80 ans, l'Institut Jules Bordet offre à ses patients des stratégies diagnostiques et thérapeutiques à la pointe du progrès pour prévenir, dépister et lutter activement contre le cancer. L'Institut poursuit trois missions : les soins, la recherche et l'enseignement. La réputation internationale de l'Institut attire en ses murs les plus grands experts dans le domaine du cancer. Son esprit d'innovation lui a permis de participer au développement et à la découverte de nouvelles techniques de diagnostic et de traitement majeurs, et ce, dans le but d'en faire bénéficier les patients le plus rapidement possible.

En mai 2018, l'Institut Jules Bordet a reçu officiellement, pour la seconde fois, l'accréditation et la certification de l'OECI (Organisation of European Cancer Institutes) comme « Comprehensive Cancer Centre » (Centre Intégré de Lutte contre le Cancer), un label de qualité réservé aux institutions de soins oncologiques multidisciplinaires intégrant la recherche et la formation. Le seul Comprehensive Cancer Center accrédité en Belgique par l'OECI.

L'Institut Jules Bordet fait partie des réseaux de centres hospitaliers Iris et de l'Université Libre de Bruxelles. Avec ses 160 lits entièrement dédiés à la pathologie cancéreuse, l'Institut compte chaque année environ 6000 patients hospitalisés, 84000 consultations et 15000 traitements de patients ambulatoires. Pour répondre de manière adéquate au développement démographique et scientifique du futur, un nouvel Institut Bordet est en cours de construction sur le campus universitaire de l'ULB à Anderlecht à côté de l'Hôpital Erasme. Son inauguration est prévue fin 2021.

[www.bordet.be](http://www.bordet.be)

## À propos des Amis de l'Institut Bordet

---

Depuis plus de 50 ans, « Les Amis de l'Institut Bordet » soutiennent la recherche contre le cancer à l'Institut Jules Bordet, centre oncologique de référence en Belgique et à l'étranger. Premier donateur privé de l'Institut, ils lui ont apporté près de 13 millions d'euros au cours des 5 dernières années.

Les progrès accomplis ces dernières années en oncologie ont été considérables. On comprend de mieux en mieux l'origine biologique du cancer. Là où il y a quelque dix ans on ne parlait que de l'analyse microscopique des tumeurs, on parle aujourd'hui de profil génétique, de séquençage... Des dizaines de nouvelles molécules et de nouveaux marqueurs ont vu le jour, permettant l'avènement des traitements personnalisés. Ces progrès ont été en grande partie rendus possibles grâce aux extraordinaires progrès technologiques de ces dernières années. Mais ces nouvelles techniques qui nous permettent désormais de sonder l'infiniment petit coûtent de plus en plus cher.

Depuis 50 ans, l'aide des « Amis » permet à l'Institut Jules Bordet de poursuivre ses recherches de pointe en profitant des technologies les plus avancées, et d'offrir ainsi aux patients les techniques de dépistage et de soin les plus innovantes, génératrices de vie et d'espoir.

Aider et soutenir « Les Amis de l'Institut Bordet », c'est participer aux nombreux programmes de recherche que ceux-ci soutiennent et qui vont tous dans un seul et même sens, faire gagner la vie.

Pour en savoir plus au sujet de l'Association Les Amis de l'Institut Bordet, visitez le site web [www.amis-bordet.be](http://www.amis-bordet.be).

Pour en savoir plus sur les « 101 tables pour la vie », visitez le site web [www.101tables.com](http://www.101tables.com).