

Lausanne, le 8 juin 2026

COMMUNIQUÉ

Sport et nicotine: des consommations qui évoluent, une prévention à renforcer

Des données inédites, récoltées en Suisse romande par Unisanté, l'Observatoire du sport populaire et l'Institut des sciences du sport de l'Université de Lausanne, révèlent que la pratique sportive ne protège pas de la consommation de produits du tabac et de la nicotine. Elle influence le type de produits consommés: les jeunes sportives et sportifs se tournent vers des produits comme la cigarette électronique, les sachets de nicotine et le snus. Face à ces nouvelles formes de consommation, la protection de la jeunesse doit devenir une priorité de santé publique.

Moins de cigarettes, plus de nouveaux produits nicotiques

1'700 personnes en Suisse romande ont répondu à un questionnaire en ligne fin 2025, sur leur consommation de produits du tabac. Les résultats de l'enquête montrent qu'environ une personne sur six déclare une consommation quotidienne de produits du tabac ou de la nicotine. L'usage commence tôt: près d'un quart des 14 à 19 ans a déjà consommé, et environ un sur dix le fait quotidiennement. La consommation atteint ensuite un pic chez les jeunes adultes de 20 à 29 ans, avant de diminuer avec l'âge.

Les personnes qui pratiquent une activité sportive ont le même taux de tabagisme que la population générale (11%). La cigarette reste le produit le plus utilisé, suivie par la cigarette électronique, le cannabis, le cigare et les sachets de nicotine. Les plus jeunes cumulent souvent plusieurs produits. Néanmoins, la majorité des participantes et participants ne consomment rien.

Le sport influence les pratiques

Les niveaux de consommation les plus élevés s'observent dans certains sports collectifs, mais aussi dans les sports de force et de forme, de raquette, de montagne et de combat, même si certains résultats doivent être interprétés avec prudence en raison du faible nombre de réponses. Une personne sur dix indique avoir commencé dans le contexte sportif. Cette initiation est fréquente pour le snus (41%) et pour les sachets de nicotine (16%), notamment dans le hockey sur glace. Deux profils principaux se dégagent des données. D'un côté, des hommes de 20 à 29 ans, pratiquant des sports intenses et consommant des produits nicotiques oraux. De l'autre, des jeunes femmes adolescentes de 14 à 19 ans, attentives au poids et recourant davantage à la cigarette électronique.

Les produits du tabac jugés incompatibles avec les valeurs du sport

La perception de ces produits reste très négative: neuf personnes interrogées sur dix estiment que le tabac nuit aux performances sportives et souhaitent des espaces sportifs sans tabac. *«Le fait que le tabac soit largement perçu comme incompatible avec le sport donne une base solide pour agir. Cela légitime le fait de fixer des règles claires, de créer des environnements sans tabac pour protéger la santé, en particulier celle des jeunes»* souligne Stéphanie Pin, cheffe du Département promotion de la santé et préventions d'Unisanté.

Les personnes encadrantes jouent un rôle central pour relayer les messages de prévention et contribuer à des environnements sportifs favorables à la santé. Toutefois, près de la moitié déclarent manquer de connaissances, soulignant la nécessité de renforcer les formations et les outils à leur disposition. Le potentiel addictif de la nicotine et sa forte attractivité des nouveaux produits soulignent l'urgence d'agir en renforçant la réglementation et l'accompagnement des clubs afin de mieux protéger les enfants et les jeunes.

Cette enquête a été financée par le Programme cantonal de prévention du tabagisme du Canton de Vaud, cofinancé par la Direction générale de la santé et le Fonds de prévention du tabagisme.

Publication: [Raisons de santé 376 – «Enquête sur la prévalence des produits du tabac et de la nicotine dans le sport en Suisse romande \(EPTAS\)»](#)

Contacts pour les médias:

- Jérémy Cros, Unisanté, chargé de recherche en promotion de la santé et prévention, Unisanté. jeremy.cros@unisante.ch, 021 545 10 10
- Stéphanie Pin, cheffe du Département promotion de la santé et préventions, Unisanté, stephanie.pin@unisante.ch, 079 263 73 72
- Jérôme Genet, responsable des relations médias, Unisanté, jerome.genet@unisante.ch, 079 556 90 03

A propos d'Unisanté, Centre universitaire de médecine générale et santé publique

Unisanté est un centre universitaire de médecine générale et santé publique qui couvre l'ensemble de la chaîne de soins: les soins de première ligne, les soins aux populations vulnérables, la médecine du travail, la promotion de la santé et la prévention, l'organisation du système de santé, ainsi que la recherche et l'enseignement universitaire. Son but est de maintenir et d'améliorer la santé de la population vaudoise.

Unisanté est le seul centre interdisciplinaire en Suisse réunissant sous un même toit un tel panel de compétences en santé publique et en soins ambulatoires. L'institution emploie un millier de personnes parmi lesquels une cinquantaine de membres facultaires. Unisanté publie plus de 400 articles dans des revues scientifiques et réalise environ 400'000 contacts avec des patientes et patients chaque année.

En savoir +: www.unisante.ch/apropos