

## Prévention de la consommation de sachets de nicotine à l'école de recrue en Suisse

Anthony Gervasoni, Zacharias Heger, Alexander Hofmann, Yohan Picard et Maximilien Sreter

### Introduction

La consommation de sachets de nicotine connaît une progression notable chez les jeunes en Suisse (1). Ces produits, souvent présentés sous une forme rappelant celle de simples bonbons (2), sont largement perçus par la population comme étant peu nocifs pour la santé.

Mais de quoi s'agit-il exactement ? Principalement de trois types de produits : le *snus*, composé de tabac et de nicotine ; le *snus blanchi*, similaire mais dépourvu de la teinte brune du tabac classique ; et enfin les sachets de nicotine, exempts de tabac mais fortement concentrés en nicotine. Tous se consomment de manière similaire, en étant placés contre la gencive. Cette méthode d'administration, discrète et sans fumée, séduit particulièrement les adolescent.e.s et les sportif.x.ve.s (3), qui peuvent ainsi consommer à l'abri de leur entourage.

Un contexte spécifique attire notre attention : l'école de recrue. Reconnue comme un environnement propice à l'émergence ou à l'aggravation de comportements à risque, elle touche une large proportion de la jeune population masculine suisse. Cependant, son organisation centralisée au niveau fédéral permet de déployer des mesures cohérentes sur l'ensemble du territoire. De précédentes campagnes de prévention, notamment au sujet des infections sexuellement transmissibles ou des jeux d'argent, tendent à démontrer qu'un travail préventif spécifique y est réalisable.

Tout cela nous amène à la question suivante : **pourquoi et comment mettre en place une prévention de la consommation de sachets de nicotine à l'école de recrue en Suisse ?**

### Méthode

Nous avons d'abord cherché à comprendre les raisons de l'augmentation de la consommation de sachets de nicotine chez les jeunes, l'armée représentant une population cible idéale en raison de leur forte représentation. Nous avons ensuite analysé les mécanismes favorisant cette consommation en contexte militaire, avant de proposer des stratégies de prévention adaptées.

Pour ce faire, nous avons débuté par une revue de la littérature qui nous a permis d'établir une question de recherche pertinente. Puis nous avons effectué 9 interviews semi-structurés pour lesquels nous avions une liste de questions identiques pour tous. Les 9 personnes interviewées travaillent dans différents domaines de la société, avec des connaissances variables sur notre problématique. Nous avons fait des entretiens avec un historien, un sociologue, un collaborateur de l'office du médecin du canton de Vaud, une conseillère nationale, un spécialiste en addictologie à Unisanté, le directeur d'anti-tabac suisse, un lieutenant, un médecin et un colonel de l'armée Suisse. Une fois ces interviews effectués, nous les avons synthétisés puis analysés pour en ressortir des résultats et une conclusion, permettant une ébauche de réponse à notre problématique.

### Résultats

Dans notre étude, nous portons notre attention sur l'armée. Ceci est justifié par l'Office du médecin cantonal qui explique que l'école de recrue est un environnement propice à l'émergence ou à l'aggravation de comportements à risque. En effet, elle combine plusieurs facteurs : ennui, fatigue, pression du groupe, mixité sociale et parfois des normes masculines néfastes. Tous ces éléments peuvent favoriser le recours à des substances comme les sachets de nicotine. Cependant, l'école de recrue ne représente pas seulement un facteur de risque, mais aussi une opportunité d'intervention, comme le souligne le Prof. Vincent Barras.

Les interlocuteur.x.ice.s s'accordent pour dire que **l'effet de groupe apparaît comme le principal moteur de consommation chez les jeunes recrues**. Ces produits, sont perçus comme "pratiques, discrets et moins nocifs que le tabac fumé" ajoute le Lieutenant Croci Torti. Selon Jérémy Cros (Unisanté), un tiers des recrues commencent et un tiers intensifient leur consommation pendant l'armée. Cette tendance semble renforcée par une certaine tolérance implicite du cadre militaire, bien que, comme le souligne Luciano Ruggia (AT Suisse) : « ce n'est pas vraiment une question de tolérer, car la consommation est invisible. Pour affronter un problème il faut d'abord le voir. » Cette

affirmation insiste sur le côté discret de la consommation des sachets de nicotine qui crée ainsi une barrière à l'interdiction de consommation par les cadres de l'armée.

Les impacts des pochettes de nicotines/snus sur la santé à long terme ne sont pas encore précisément documentés du fait du manque de recul face à ce mode de consommation. Des dommages bucco-dentaires semblent évidents selon un ancien médecin de l'armée. Tous nos intervenant.x.e.s sauf un estiment que le risque de cancer de la sphère ORL est augmenté par ces substances. Les avis divergent sur l'utilité que peuvent avoir les pochettes de nicotine pour aider à arrêter de fumer. Le Lieutenant Croci Torti voit ces substances comme une porte de sortie à la cigarette, mais Luciano Ruggia affirme que **ce ne sont en aucun cas des substances efficaces pour ce but et qu'au contraire ce serait plutôt une porte d'entrée vers la poly-consommation de produits tabagiques.**

La prévention de la consommation de snus et de sachets de nicotine au sein de l'armée reste très limitée. Léonore Porchet, conseillère nationale, nous a transmis qu'il y a des programmes de santé dans le cadre de l'armée, mais que la consommation de produits tabagiques et nicotiniques n'y est pas prioritaire, avec uniquement quelques mesures de base qui existent pour le tabac en général, mais rien de spécifique pour les produits de notre étude. Cette politicienne et les milieux de la santé publique se réjouissent de l'entrée en vigueur en octobre 2024(4) d'une nouvelle loi sur les produits du tabac qui englobe aussi le snus et les sachets de nicotine. Celle-ci interdit leur vente aux mineurs dans toute la Suisse et restreint leur publicité.

Les avis sur le mode de mise en place d'une prévention de la consommation de ces produits fait débat. Les représentants de l'armée privilégient une approche ciblée, axée sur la **sensibilisation**. Selon le Colonel Gendre, cette dernière pourrait être faite un médecin de l'armée qui viendrait faire une théorie de prévention sur les addictions, comme cela est déjà fait pour se protéger du soleil. Selon lui cela serait plus convaincant qu'une intervention d'un groupe de prévention externe et il propose aussi la pose d'affiches de prévention dans les compagnies. En revanche, la majorité des autres intervenant.x.e.s plaident pour des **mesures structurelles** plus contraignantes : hausse des prix, paquet neutre, restrictions publicitaires. Toutefois, comme le souligne Luciano Ruggia, directeur à anti-tabac Suisse, leur mise en œuvre en Suisse reste difficile en raison de l'influence des lobbies du tabac.

### *Discussion et conclusion*

Nos résultats révèlent un manque de prévention face à la popularité croissante de ces substances, notamment dans le cadre militaire. L'école de recrue, ciblant directement la population à risque qui nous intéresse, serait un lieu idéal pour des mesures éducatives et comportementales. Des campagnes menées par des médecins militaires et soutenues par l'exemplarité des cadres constitueraient un point de départ pertinent. Toutefois, ces actions devraient s'inscrire dans une approche globale incluant les autres produits nicotiniques, afin d'éviter un simple transfert de consommation d'un produit vers un autre.

Par ailleurs, l'armée ne peut être isolée du reste de la société. Une prévention efficace devrait s'accompagner de mesures structurelles : augmentation des prix, emballages neutres, restrictions publicitaires. Ces leviers, bien que confrontés à la pression des lobbys, sont nécessaires pour agir durablement.

En conclusion, la consommation de snus et de sachets de nicotine progresse malgré leurs risques avérés. **Afin de protéger la santé des jeunes recrues, une stratégie de prévention devrait combiner d'une part d'un cadre légal et structurel à l'échelle nationale et d'autre part d'interventions ciblées dans l'armée.**

### *Mots clés*

École de recrue Suisse ; Armée ; snus/pochettes de nicotine ; prévention ; nicotine

29.06.2025

### *Références*

1. Tribune de Genève [Internet]. 2023 [cité 24 mars 2025]. Le snus séduit toujours plus, voici pourquoi. Disponible sur: <https://www.tdg.ch/le-snus-seduit-toujours-plus-voici-pourquoi-921713421783>
2. rts.ch [Internet]. 2024 [cité 24 mars 2025]. Des bonbons? Non, des pochettes de nicotine! Disponible sur: <https://www.rts.ch/info/suisse/2024/article/des-bonbons-non-des-pochettes-de-nicotine-28495471.html>
3. Henninger S, Fischer R, Cornuz J, Studer J, Gmel G. Physical Activity and Snus: Is There a Link? Int J Environ Res Public Health. 25 juin 2015;12(7):7185-98.
4. Fedlex [Internet]. [cité 24 mars 2025]. RS 818.32 - Loi fédérale du 1er octobre 2021 sur les prod... Disponible sur: [https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2024/457/fr#art\\_14](https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2024/457/fr#art_14)

# Prévention de la consommation de sachets de nicotine à l'école de recrue en Suisse

Anthony Gervasoni, Zacharias Heger, Alexander Hofmann, Yohan Picard et Maximilien Sreter

## Définitions:

- Snus = sachet contenant du tabac,
- Sachet de nicotine = sachet contenant de la nicotine, mais pas de tabac
- Forme galénique: se place sous la gencive

## Introduction:

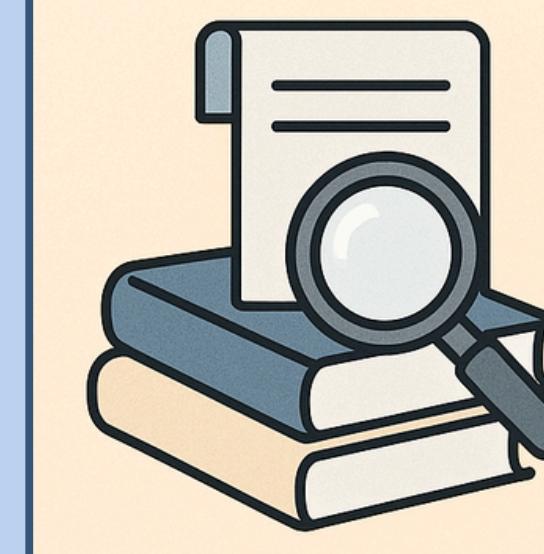
- Consommation de sachets de nicotine augmente 
- Ecole de recrue est propice aux comportements à risque, mais aussi aux actions de prévention

Sachets de nicotine =  
invisibles mais  
**DANGEREUX**

PubMed  
Google Scholar

Sociologues, santé publique,  
tabacologues, historien.x.ne.s,  
médecins, association anti-  
tabac, politicien.x.es

## Méthodologie



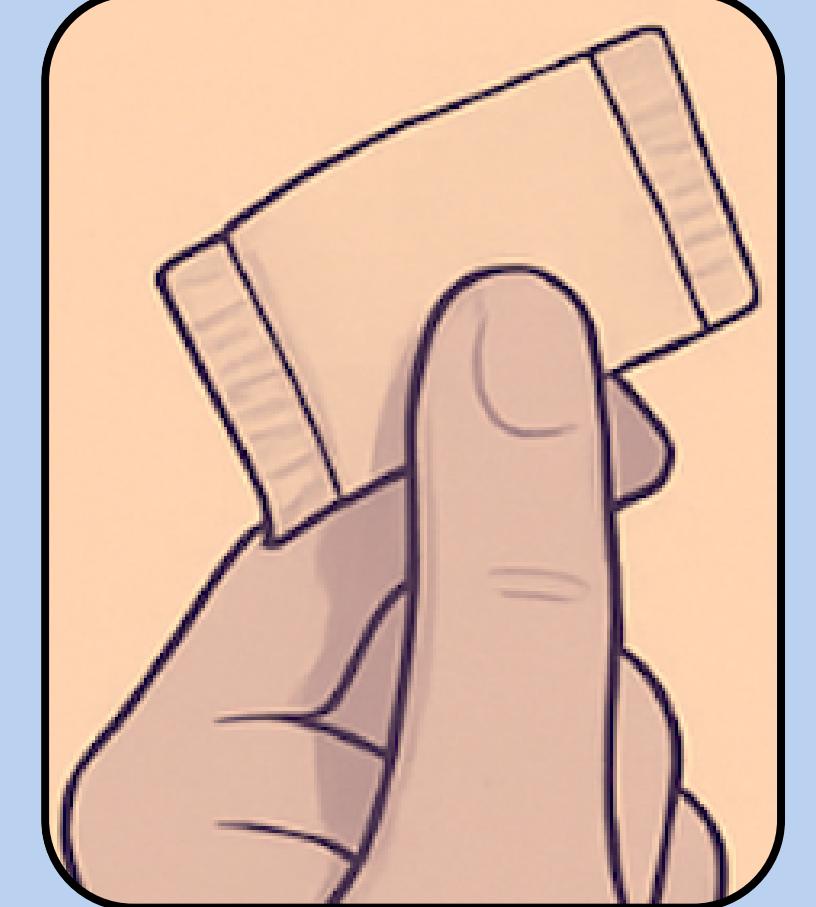
Revue de la littérature



Interviews semi-structurées



Analyse des résultats



## Pourquoi et comment mettre en place une prévention de la consommation de sachets de nicotine à l'école de recrue en Suisse ?

## Situation actuelle :

- Octobre 2024: Entrée en vigueur de la nouvelle loi sur le tabac qui comprend les sachets de nicotine et donc interdit leur vente aux mineurs et limite leur publicité
- 2026: entrée en vigueur de l'initiative "Enfants sans tabac": interdiction des publicités pouvant atteindre les mineurs.
- Très peu de prévention mise en place en Suisse, que ce soit à l'armée ou dans la société

## Pourquoi une prévention?

### Facteurs favorisant la consommation à l'école de recrue:

- Effet de groupe - ennui - fatigue - masculinité toxique - âge
- Vus comme peu nocifs par les consommateur.x.rice.s
- Plus discrets et plus faciles à consommer  $\Rightarrow$  peu visible, pas d'odeur, permet de ne pas être vu par l'entourage
- Association avec les activités sportives

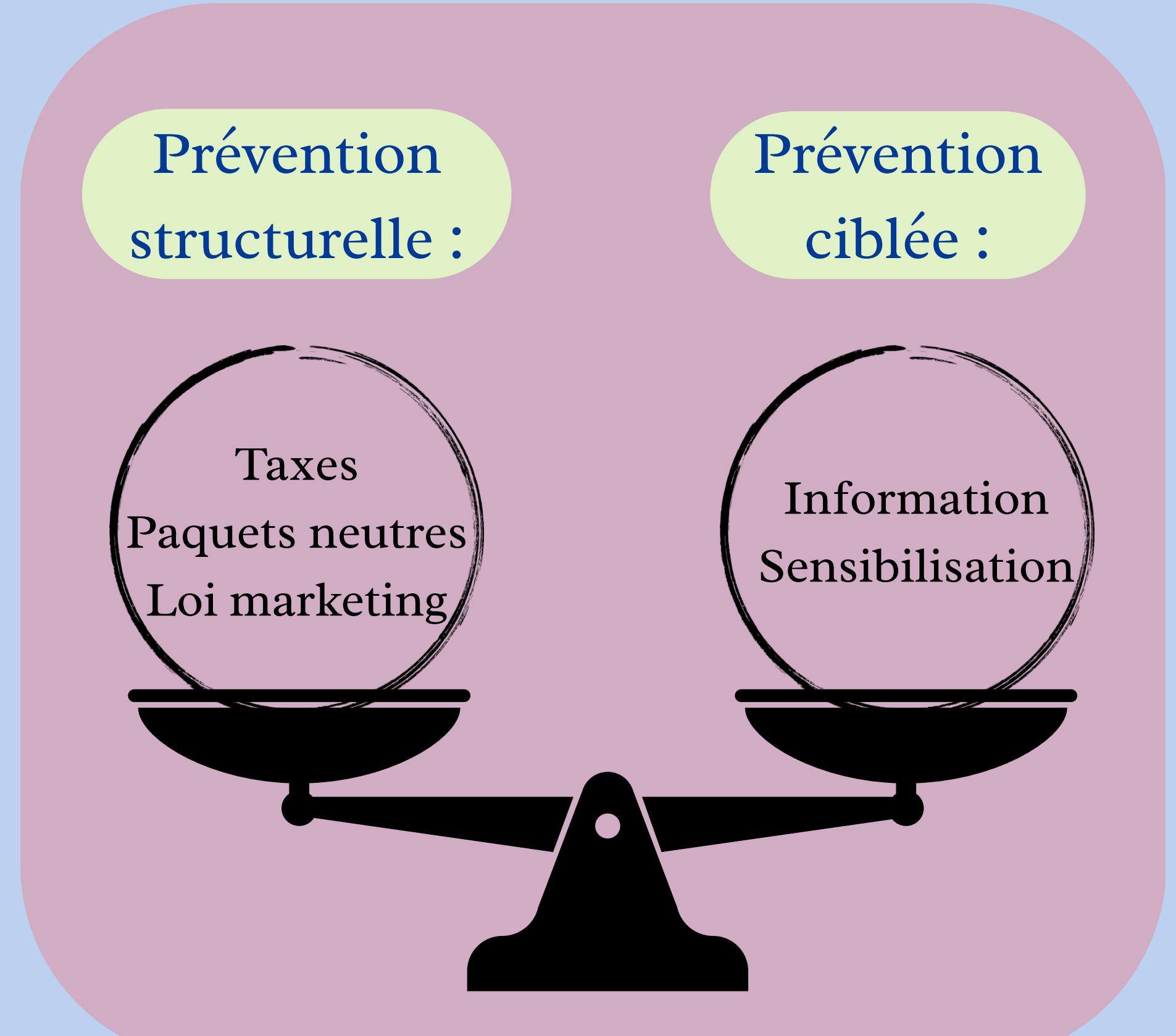
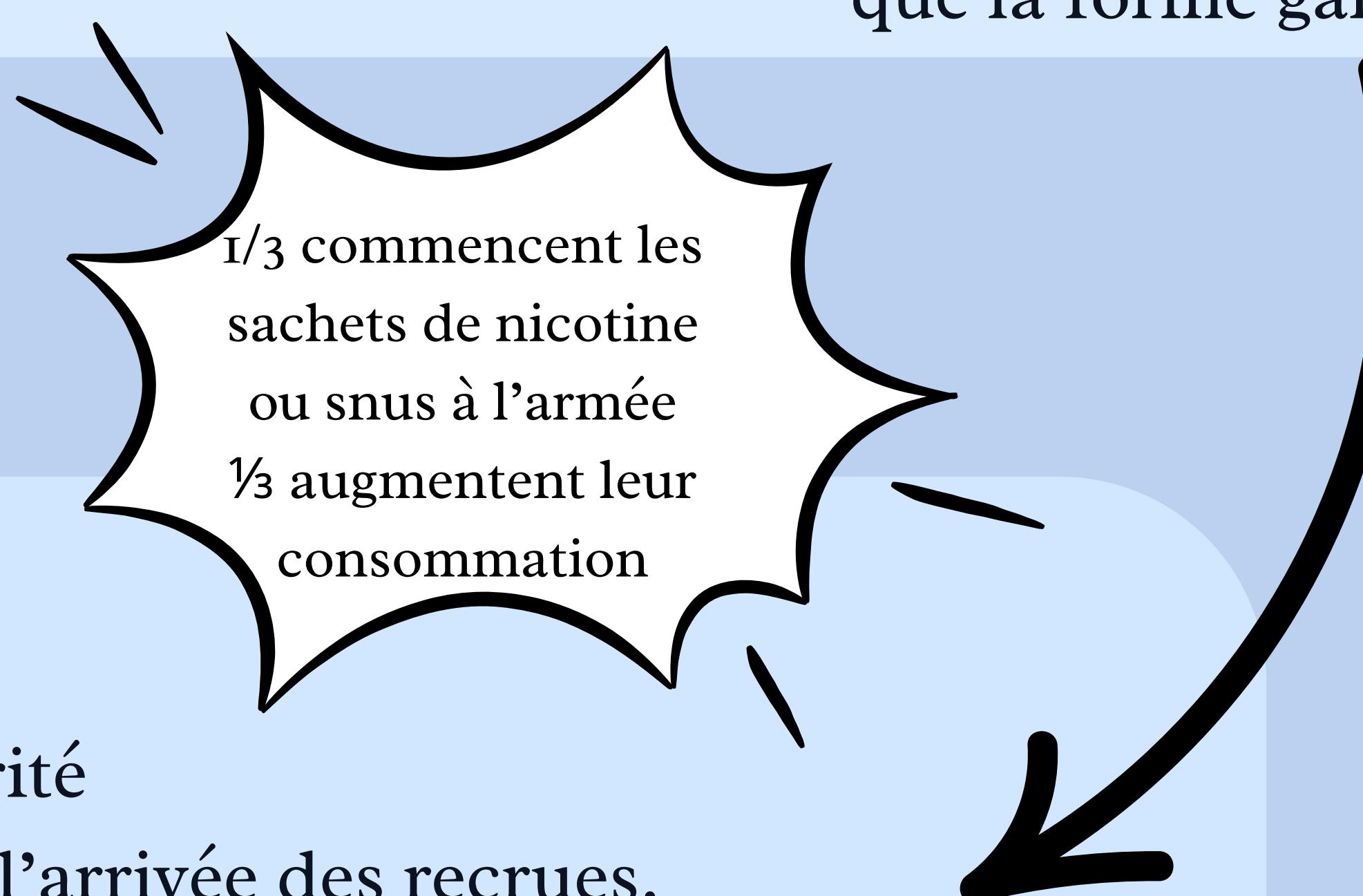
### Impacts sur la santé:

- Risque de cancer ORL augmenté
- Dommages bucco-dentaires: récession gingivale, irritation
- Risque d'effet passerelle vers d'autres produits
- Dépendance rapide  $\Rightarrow$  due aux taux élevés de nicotine ainsi que la forme galénique

## Comment faire?

### Pistes d'action et recommandations

- Campagne de prévention dans l'armée
- Formation des cadres  $\Rightarrow$  viser l'exemplarité
- Former les sanitaires à la prévention dès l'arrivée des recrues.
- Associer cette sensibilisation avec des mesures de prévention structurelles.



## Conclusion

- L'armée est un lieu favorisant des consommations néfastes.
- Il est important de mettre en place une stratégie de prévention qui cible les produits tabagiques et nicotinique de façon globale.
- Combiner des mesures de prévention structurelles et une prévention ciblée pour avoir des meilleurs résultats

### Références:

- Henninger S, Fischer R, Cornuz J, Studer J, Gmel G. Physical Activity and Snus: Is There a Link? Int J Environ Res Public Health. 25 juin 2015;12(7):7185-98.
- Fedlex [Internet]. [cité 24 mars 2025]. RS 818.32 - Loi fédérale du 1er octobre 2021 sur les prod... Disponible sur: [https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2024/457/fr#art\\_14](https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2024/457/fr#art_14)
- Sieber AL, Jayakumar J, Bornstein MM, Ramseier CA. Snus und die Beeinträchtigungen der Mundgesundheit Ein Update. SWISS Dent J SSO - Sci Clin Top [Internet]. 12 sept 2016 [cité 23 juin 2025];126(9):799-805. Disponible sur: <https://www.swissdentaljournal.org/article/view/5140>
- Les sachets de nicotine posent d'importants problèmes de santé publique - AT Schweiz [Internet]. [cité 24 juillet 2025]. Disponible sur: <https://www.at-schweiz.ch/fr/connaissances/produits/sachets-de-nicotine/>
- Tribune de Genève [Internet]. 2023 [cité 24 mars 2025]. Le snus séduit toujours plus, voici pourquoi. Disponible sur: <https://www.tdg.ch/le-snus-seduit-toujours-plus-voici-pourquoi-921713421783>
- rts.ch [Internet]. 2024 [cité 24 mars 2025]. Des bonbons? Non, des pochettes de nicotine! Disponible sur: <https://www.rts.ch/info/suisse/2024/article/des-bonbons-non-des-pochettes-de-nicotine-28495471.html>

Merci à notre tuteur, le docteur Michel Dafflon, pour son accompagnement précieux et ses conseils enrichissants.