Le tabac, un facteur majeur de diabète

Compte Test - 2025-06-19 06:01:44 - Vu sur pharmacie.ma

Le tabagisme constitue un danger majeur pour la santé, en particulier chez les personnes atteintes de diabète ou à risque de le développer. À l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, la Fédération française des diabétiques a tiré la sonnette d'alarme : fumer augmente jusqu'à 44 % le risque de développer un diabète de type 2. Une fois la maladie installée, le tabac aggrave considérablement ses complications. Les effets diabétogènes du tabac sont désormais bien documentés. Plusieurs méta-analyses montrent que le risque de développer un diabète de type 2 augmente de 37 à 44 % chez les fumeurs. Ce lien est dose-dépendant : plus la consommation de tabac est importante, plus l'équilibre glycémique se dégrade. Même les fumeurs passifs sont concernés par cette élévation du risque. La nicotine joue un rôle clé dans ce mécanisme : elle favorise la résistance à l'insuline. Résultat : le glucose s'accumule dans le sang, causant une hyperglycémie. Par ailleurs, le tabac favorise l'accumulation de graisse viscérale – celle qui entoure les organes – un facteur connu d'aggravation du déséquilibre métabolique. De plus, les composants toxiques de la fumée de cigarette (plomb, arsenic, cadmium, etc.) pourraient également contribuer à l'insulinorésistance. Chez les patients diabétiques, le tabagisme est directement associé à une augmentation du risque de complications sévères. Il est responsable d'une hausse de 48 % du risque de mortalité toutes causes confondues, de 54 % du risque d'atteinte coronarienne, de 44 % du risque d'accident vasculaire cérébral, de 84 % du risque d'insuffisance rénale terminale, de 23 % du risque de rétinopathie diabétique et de 43 % du risque de rétinopathie proliférative. Il compromet également l'équilibre glycémique, augmente le risque de cancers (colorectal, hépatique, pancréatique) et d'infections diverses (urinaires, cutanées, respiratoires). Selon l'OMS, la fumée secondaire peut, à elle seule, être à l'origine de complications graves du diabète.
Malgré ces faits, le lien entre tabagisme et diabète reste sous-évalué, aussi bien par les patients que par les professionnels de santé. La prise en charge du tabac chez les diabétiques reste insuffisante. Le Dr Bruno Vergès, endocrinologue au CHU de Dijon, déplore que la question ne soit que rarement abordée en consultation. Pourtant, le sevrage tabagique réduit sensiblement la mortalité et les complications cardiovasculaires, même si une prise de poids transitoire peut survenir. En France, plus de 4 millions de personnes vivent avec le diabète. Si les tendances actuelles se poursuivent, 520 000 personnes supplémentaires pourraient être diagnostiquées d'ici 2027. Près de 13,4 % des diabétiques de type 2 et 25,3 % des diabétiques de type 1 sont encore fumeurs. Ces chiffres rappellent l'urgence d'intégrer systématiquement le sevrage tabagique dans le parcours de soin des personnes diabétiques. Date de publication : 2025-06-01