



A propos du tabagisme

Le saviez-vous?





Substances contenues dans les cigarettes

Qui inhale la fumée du tabac absorbe environ 4000 substances différentes, dont:

- **la nicotine**, responsable de la dépendance physique et psychique du consommateur. Substance à effet très rapide, la nicotine parvient au cerveau dans 7 à 10 secondes seulement et y active le «centre de récompense» du cortex cérébral.
- des additifs destinés à améliorer le goût des cigarettes pour accélérer la dépendance du fumeur, par exemple **le menthol, le cacao, divers édulcorants**, etc.
- **les goudrons** qui pénètrent dans les poumons et y modifient la structure du tissu cellulaire, augmentant le risque d'un cancer.
- **le monoxyde de carbone** qui réduit la concentration d'oxygène dans le sang et entraîne ainsi une sous-alimentation des organes en oxygène.



La chicha

L'eau ne filtre pas les substances nocives.

En cas d'utilisation d'une pipe à eau, on absorbe les mêmes substances nocives que si l'on fume une cigarette.

Une durée de la consommation prolongée peut provoquer de graves intoxications au monoxyde de carbone.

Les substances aromatiques améliorent certes le goût mais les substances nocives restent les mêmes.

La nicotine reste de la nicotine et le goudron reste du goudron.



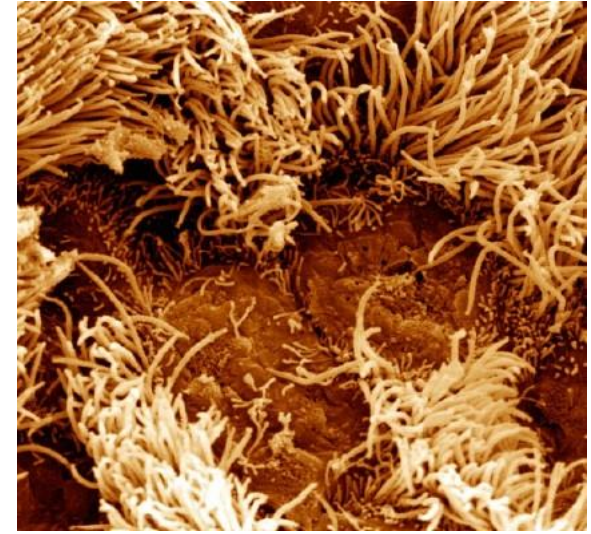
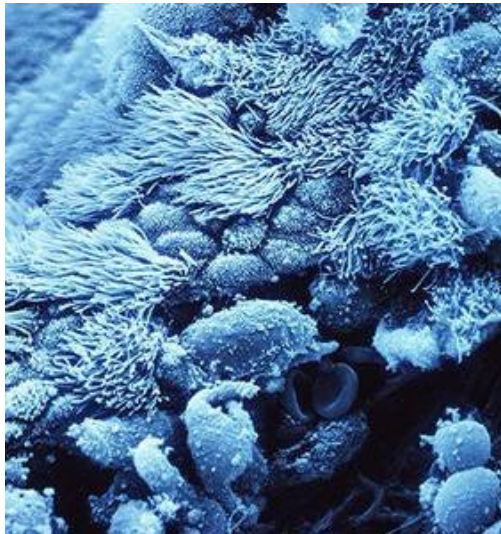


Tabac chauffé / «Heat not Burn»

- Contrairement aux e-cigarettes, ces produits (p.ex. IQOS, Ploom, glo) contiennent du tabac qui, contrairement à la cigarette selon le fabricant, n'est pas brûlé mais seulement chauffé ou réchauffé.
- Ainsi aucune fumée n'est produite (et donc selon le fabricant aucun goudron ni monoxyde de carbone), mais on absorbe quand même toutes les autres substances nocives de la cigarette lors de la consommation.
- Les fabricants font ainsi de la publicité en déclarant que la consommation de tabac est plus saine avec ces dispositifs, toutefois il n'existe pas jusqu'à aujourd'hui de type sain de tabagisme.
- Même pour ce type de tabagisme, des substances toxiques et cancérigènes sont inhalées.

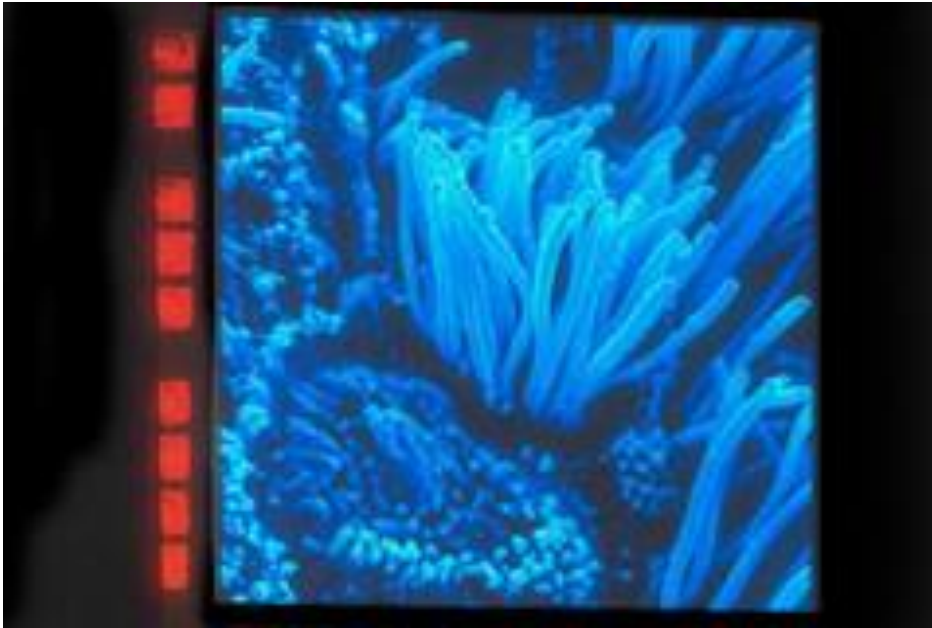


Que voit-on ici?





Il n'y a pas de tabac «sain»



Chaque cigarette **goudronne** les cils microscopiques dans les bronches.



Le tabagisme en Suisse

Nombre actuel de fumeurs en pour-cent de la population suisse: **27%**
(hommes: 31%, femmes: 23%)

Nombre actuel de fumeurs en pour-cent des personnes âgées de 15 à 24 ans: **32%**
(hommes: 34%, femmes: 29.1%)

Plus de 9500 décès par an sont directement ou indirectement causés par le tabagisme.

⇒ **Cela correspond à une classe de 26 élèves par jour.**

Le poumon fumeur

