

Pourquoi fumer est-il si dangereux ?

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, le tabac est l'une des principales cause de mortalité dans le monde mais aussi la principale cause évitable de décès. Chaque année, la cigarette tue 5,7 millions de personnes. De nombreuses maladies sont causées par la cigarette: cancer, maladie du cœur, bronchite...



Aie, mes poumons

Les goudrons inhalés via la fumée de cigarette se déposent dans les bronches et poumons des fumeurs, provoquant une diminution importante du souffle. Le monoxyde de carbone se fixe aux globules rouges et perturbe l'oxygénation de l'organisme, diminuant la résistance à l'effort et l'énergie. Les substances irritantes telles que l'acétone entraînent une inflammation des bronches et font tousser.

Le tabagisme passif

Le tabagisme passif, C'est le fait de respirer la fumée de cigarette des autres fumeurs. Moins important que pour le fumeur, Le tabagisme passif est dangereux et a de réelles actions sur notre santé. Depuis le 1er février 2007, il est interdit de fumer dans tous les lieux à usage collectif fermés et couverts accueillant du public ou constituant des lieux de travail.

Gaz toxiques (monoxyde de carbone, oxyde d'azote, ammoniac)

Métaux lourds
(cadmium, plomb, chrome, mercure)

Nicotine Elle entraîne la dépendance à la cigarette. Plus le corps reçoit de nicotine, plus il aura besoin d'en avoir. C'est pour cela qu'il ne faut jamais commencer à fumer !

Pour les plus grands

- L'état Français lutte contre le tabagisme afin que de moins en moins de fumeurs s'abîment la santé :
- les paquets sont devenus neutres (sans emballage attrayant)
 - Le prix des cigarettes augmente chaque année
 - La loi Evin a interdit de fumer dans les lieux publics.
 - Des aides sont proposées gratuitement à toute personne souhaitant arrêter de fumer.

