

LE DANGER DES CIGARETTES

En 2025, 1 personne sur 5 fume dans le monde soit 1,25 milliard d'adultes. Ce chiffre choquants démontre que des millions de personnes majeures sont dépendantes de la cigarette .

Que contient le tabac ?

Les cigarettes contiennent de la nicotine, des goudrons, des arômes, des **gaz toxiques** et des **métaux lourds** : notamment du plomb, du mercure (le mercure émet des vapeurs toxiques très dangereuses pour le corps humain), du polonium (élément très radioactif, présent en petite quantité) de l'arsenic (qui est un poison mortel, également en petite dose). Ces métaux lourds sont très dangereux pour le corps .



Pourquoi l'addiction au tabac ?

La **nicotine** entraîne la dépendance et elle apparaît dès les premières semaines même en cas de faible consommation.

La dépendance c'est une consommation compulsive, une perte de contrôle et un usage continu du produit nocif malgré les problèmes physiques et psychologiques causés par la substance que l'on consomme. La nicotine peut être aussi présente dans plusieurs drogues, ce qui peut rendre les personnes qui ajoutent de la drogue au tabac encore plus dépendantes de la drogue.

Quelles sont les conséquences sur la santé ?

Le tabagisme a des conséquences importantes sur la santé. Il provoque des maladies respiratoires, augmente le risque d'infarctus (risque multiplié par cinq).

Cette consommation entraîne une réduction de l'espérance de vie de 10 à 15 ans.

Le cancer reste la première des maladies liées au tabac. On compte 17 types de cancer (poumons, la bouche, les lèvres, la langue, le larynx, le pharynx, elle touche aussi l'œsophage, la vessie, les reins, l'estomac, le pancréas, le col utérin...) provoqués par le tabac. Les athlètes évitent de fumer pour ne pas terminer leur carrière prématurément.

Chaque année, ce sont plus de 75 000 fumeurs français qui décèdent d'une pathologie liée à leur consommation soit 3% de la mortalité globale, 19% de la mortalité masculine et 7% de la mortalité féminine.

Le tabagisme passif est également subit par l'entourage. Il a des conséquences sur le

développement du fœtus, sur la femme enceinte et peut provoquer la mort subite du nourrisson et il aussi des conséquences sur les enfants qui peuvent développer des maladies respiratoires, comme l'asthme.

Une Loi qui protège

Depuis le 1er février 2007, il est interdit de fumer dans les lieux collectifs, de travail, dans les moyens de transports collectifs, dans l'enceinte des écoles, collèges et lycées publics et privés et des établissements destinés à l'accueil, à la formation ou à l'hébergement des mineurs.

Depuis le 1er janvier 2008, il est interdit de fumer dans les bars, tabacs, restaurants, discothèques et casinos ou les moyens de transport public.

Ne plus dépendre du tabac

De nombreuses campagnes existent pour aider à lutter contre cette dépendance et informer des risques et faire de la prévention auprès des jeunes. Il existe des patchs pour aider à supprimer progressivement la nicotine en contactant son médecin.

Retrouvez ces conseils sur le site sante.gouv.fr



Selon un sondage mené en classe de 4e3 plus de 45% de parents d'élèves fument. On ne sait pas si ces parents font attention et protègent leurs enfants du tabagisme passif.

sources : site santé publique France, site CNCT et les élèves de la classe de 4e3

Aurélien et Charly, le 15 mai 2025