

La fumée...c'est loin d'être secondaire!



Saviez-vous que...

La fumée secondaire, c'est l'addition de la fumée qui se dégage de la cigarette qui se consume et de celle exhalée par le fumeur. Elle contient 4000 substances chimiques, dont 50 sont reconnues comme étant cancérogènes...et qui sont plus concentrées dans la fumée secondaire que dans la fumée respirée par les fumeurs.

Au Québec, près du tiers des enfants de 0-17 ans sont exposés régulièrement à la fumée secondaire à la maison et 40% des fumeurs fument dans leur voiture, en présence d'enfants.

Parce qu'ils ont un métabolisme plus élevé et peuvent absorber une plus grande quantité de fumée que les adultes, les enfants exposés à la fumée secondaire sont plus susceptibles de souffrir d'une maladie respiratoire chronique (ex : asthme), d'une insuffisance de la fonction pulmonaire, d'otites à répétition et d'allergies alimentaires. Ils peuvent même être victimes du syndrome de mort subite du nourrisson.

Rappelons-nous que contrairement aux croyances populaires, aucun système de ventilation ne vient à bout de la fumée secondaire... à moins d'avoir la force d'un ouragan! La seule façon de protéger la santé des enfants, c'est d'aller fumer dehors, loin d'eux!



Un environnement sans fumée comporte une multitude d'avantages. Cela permet entre autre de sentir la subtilité des parfums qui nous entourent et de goûter pleinement aux plaisirs de la gastronomie, sans que nos sens ne soient altérés par l'odeur du tabac et bien sûr, cela permet de prévenir les maladies liées à la cigarette et à sa fumée.

Si vous songez à diminuer ou cesser de fumer, les centres d'abandon du tabagisme sont des services gratuits d'information et de soutien pour vous aider dans la réussite de votre projet. N'hésitez pas à consulter celui de notre région : 450-443-7489

Devenir une famille sans fumée, c'est possible!

