

Cigarette et tabac, tout ce qu'il faut éviter... - 1/2

L'histoire de la cigarette et ses effets...

La culture du tabac remonte en Amérique, il y a plus de 3 000 ans. Les indiens roulent les feuilles de tabac jusqu'à obtenir, au final, une sorte de grand cigare qu'ils appellent "tabaco". Colomb, qui ne découvre l'Amérique en 1492, découvre le tabac et le ramène en Europe. Ce n'est qu'au XVI^e siècle que le médecin personnel de Philippe II propage le "médicament universel" : le [b] tabac [/b].

Puis, jusqu'au XX^e siècle, les Européens vont voir à travers le tabac une herbe de bienfaisance. Ce n'est qu'au milieu du siècle que la coïncidence entre la prépondérance du tabac et les cancers foudroyant l'Europe commenceront à étonner les gens.

Effets nuisibles à la santé

Comme il est dit ci-dessous, le risque vient du tabac et ses additifs, quelle que soit la méthode donc il est pris.

Pendant la grossesse plus particulièrement, **il est fortement déconseillé de fumer** --> Risques :

- Fausses couches
- Mortalité périnatale (mort à la naissance ou avant)
- Poids et taille inférieures à la moyenne.

(Entres autres).

La nicotine a également pour effet de réduire l'appétit. 1/3 de ceux qui arrêtent de fumer prennent provisoirement de l'embonpoint.

Les risques pour les personnes s'exposant par tabagisme actif (fumer) ou passif (recevoir de la fumée) (notamment dans les discothèques, les bars-cafés, les concerts) sont :

- Cancer de la bouche, du poumon, du larynx, de la gorge, du rein, du col de l'utérus (seulement pour les femmes, il me semble ^^) et de l'intestin.
- Crise cardiaque, accident vasculaire cérébral, problèmes circulatoires.
- Maladies du poumon y compris la maladie pulmonaire chronique, l'emphysème, la bronchite chronique.
- Maladies des gencives.

La toxicité du tabac a augmenté depuis quelques décennies, surtout depuis que les fabricants ont décidé de rajouter quelques additifs chimiques afin d'assimiler plus rapidement la nicotine à l'intérieur de corps.

Quelques substances toxiques contenues dans le tabac...

Ces substances sont toxiques pour les personnes qui les inhalent, activement ou passivement :

- Goudrons
- Nicotines
- Ammoniac
- Monoxyde de carbone
- Monoxyde d'azote et Dioxyde d'azote
- Acide Cyanhydrique

Cigarette et tabac, tout ce qu'il faut éviter... - 2/2

- Formaldéhyde
- Benzène
- Toluène
- Acroléine
- Péridine
- Phénol
- Acétaldéhyde
- Arsenic

D'autres sont, évidemment, toxiques mais beaucoup moins courantes.

La cigarette et la société...

Le gouvernement a, il n'y a pas très longtemps, décidé de supprimer l'autorisation de fumer dans les lieux publics. Cela est bien évidemment dû aux non-fumeurs -dont je fais partie- qui se plaignaient de respirer la merde et d'avoir les yeux qui piquent dès qu'ils entraient dans une boîte de nuit. Du coup, les barmen ont moins de clients, au point que dans certains bars, les fumeurs sont de nouveau autorisés.

Voilà, je pense avoir fait un petit résumé de tout ce qu'il faut savoir. Au passage, je signale que cet article est mon premier, soyez donc indulgent. Merci.