

# Capsule santé



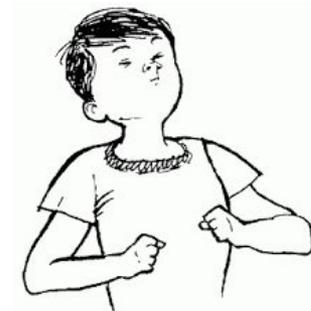
Les poumons, la vie...

La cigarette, la mort...

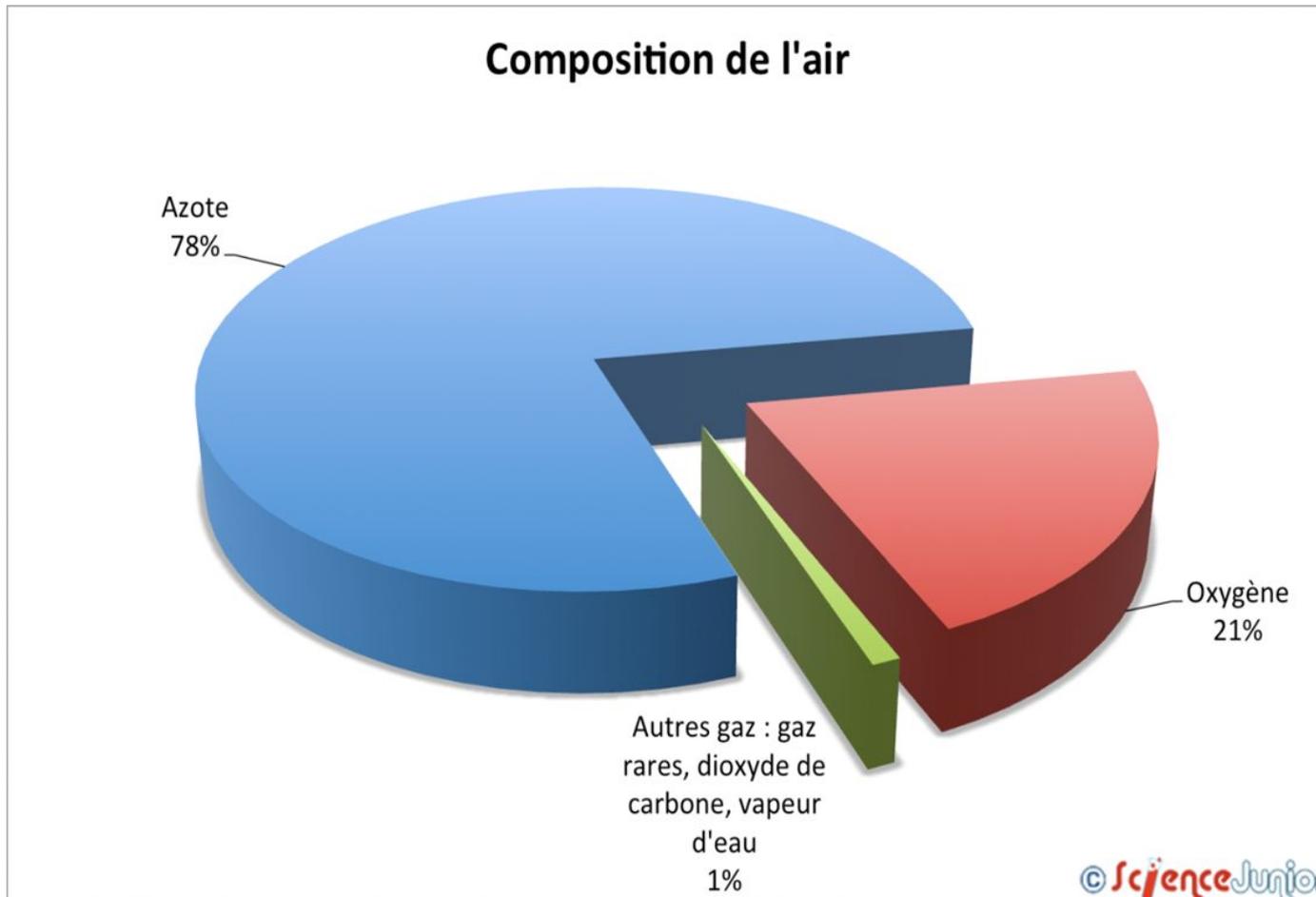
# Les poumons ça sert à quoi?

## Un petit rappel...

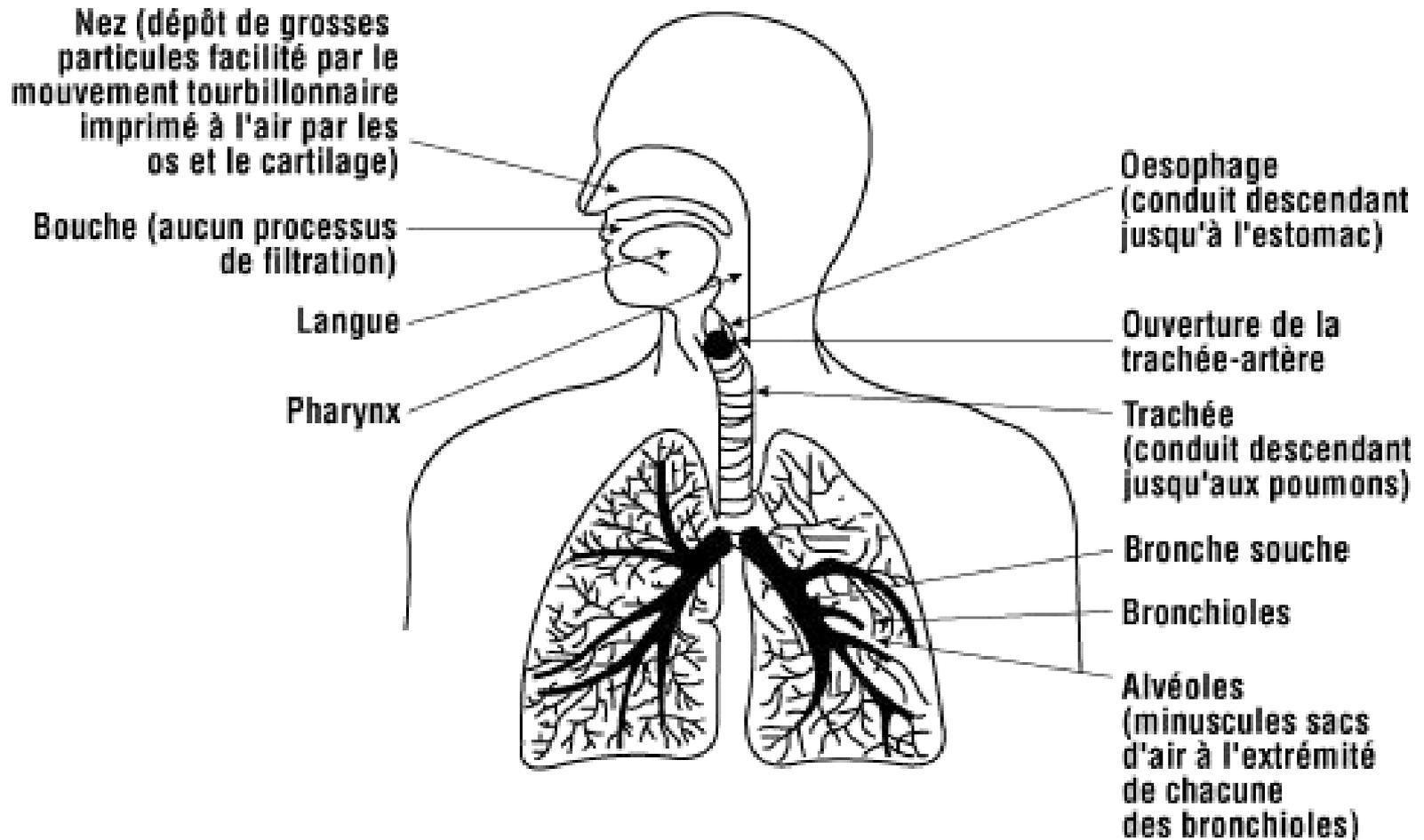
Les poumons sont les organes qui reçoivent l'air: ils prennent l'oxygène , puis l'amènent dans le sang grâce aux \_\_\_\_\_ en suivant une série de conduits et, à l'inverse, expulsent le gaz carbonique présent dans le sang en le retournant à l'air.



# Voilà ce que tu respires:



# Le chemin de l'oxygène (O)



# La qualité de l'air que tu respires

- Les poumons sont constamment exposés aux risques liés à la poussière que tu respires.
- S'il y a beaucoup de poussières ou de virus on met un masque pour se protéger.

Plusieurs maladies sont liées à la pollution de l'air que tu respires. Surtout les gaz d'échappement des voitures. (CO, NOx et CO2)

Vidéo de Pékin (grande ville de Chine)



# La cigarette qui tue.

C'est en janvier que les fumeurs sont aidés à arrêter de fumer.

- **La cigarette et le tabac... C'est quoi?**

Lorsque vous inhalez de la fumée de cigarette, vous vous exposez à un cocktail de 4000 substances chimiques dont plus de 250 sont nocives et une cinquantaine cancérigènes **Avant : on savait rien, maintenant, on sait tout...** Les compagnies de tabac veulent juste votre argent. Elles inventent des saveurs pour vous faire croire que c'est un bonbon et vous attrapez et ayez l'envie d'en goûter une.

- Leurs propriétaires sont très riches et souvent ne fument pas.

# Les Conséquences de la cigarette

- On sait que la moitié des fumeurs consommant plus de 15 cigarettes par jour meurent, plus jeune, d'une maladie liée au tabac.



- Des milliers de fumeurs passifs décèdent tous les ans de la fumée secondaire.

# C'EST VRAIMENT PAS BON...

Les effets de la cigarette :

- **Chez l'adulte**, augmentation d'environ 25 % des risques de problèmes cardiaques et de cancer du poumon.
- **Chez les enfants**, l'exposition à la fumée de tabac augmente le risque de mort subite du nourrisson, d'infections respiratoires, d'otites et d'asthme.

# Qui est touché?

Des centaines de milliers de personnes qui n'ont jamais fumé meurent chaque année de maladies dues à l'inhalation de la fumée des autres.

Ainsi, fumer implique aussi la santé de ton entourage!

**ÉLOIGNE-TOI DES FUMEURS,**  
**De toute façon ça sent pas bon!**



# Données sur la mortalité à cause de la cigarette

- Durant le 20e siècle, le tabac a entraîné la mort de 100 millions de personnes.

*Le tabac est actuellement responsable du décès d'un adulte sur 10.*

## **ATTENTION !**

- Chaque cigarette fumée abrège la vie de 11 minutes
- 10 cigarettes par jour enlève 2 à 3 ans de vie
- 20 cigarettes par jour : 5 à 7 ans
- Il est difficile d'arrêter de fumer car la cigarette contient des produits chimiques qui créent une grande dépendance.
- C'est une drogue : la nicotine!

Clique sur l'image pour aller faire ton mini-quiz!

