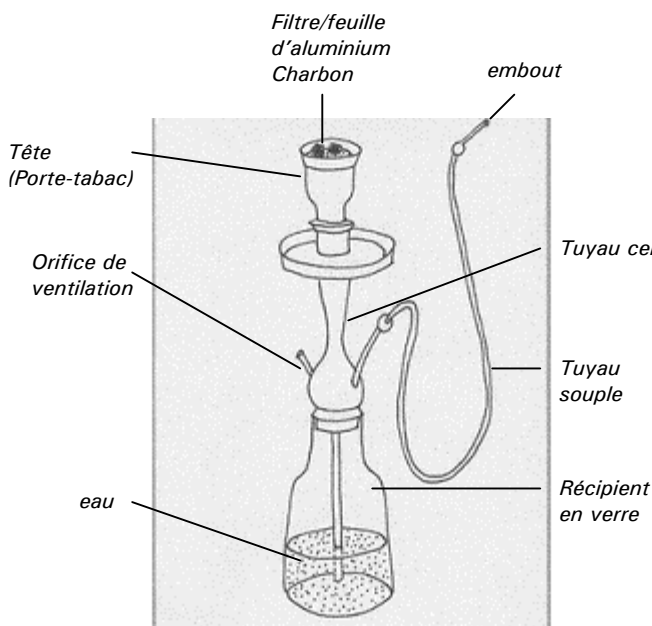


En Suisse, un tiers de la population de plus de 15 ans fume. Comme chacun le sait, la fumée peut provoquer différentes maladies comme le cancer, des maladies des voies respiratoires et des maladies cardiovasculaires. Environ 8'300 décès par année en Suisse sont causés de manière principale ou concomitante par la fumée du tabac. La cigarette reste le mode de consommation le plus répandu du tabac. Néanmoins, ces dernières années, l'usage de la pipe à eau ou narguilé s'est propagé, en particulier chez les jeunes.

Comment fonctionne une pipe à eau?



L'air aspiré par le fumeur passe d'abord à travers un filtre en métal (ou une feuille d'aluminium percée de trous), sur lequel est posé un charbon ardent, tout en haut de la pipe. Le mélange de tabac humide est contenu juste en dessous du filtre dans un petit pot en terre cuite (la tête), dont la base est percée. Ce tabac est souvent aromatisé avec des essences de fruits, des arômes de miel ou de menthe, ou additionné de mélasse. Par l'effet du charbon posé au-dessus du tabac, celui-ci n'est pas brûlé, mais plutôt étuvé, formant comme une «vapeur» de tabac. L'air est donc chargé de

tabac après son passage dans la tête et passe ensuite par un tuyau (la tige, ou cheminée) dans un récipient rempli d'eau dans la partie inférieure du narguilé. Le «gargouillement» caractéristique du narguilé est produit par les bulles d'air passant dans l'eau. Les consommateurs aspirent la fumée après son passage dans l'eau, à travers un embout, placé au bout d'un tuyau souple fixé au-dessus du récipient d'eau.

Quels sont les risques pour la santé?

Il n'existe à ce jour que peu de recherches spécifiques sur les dangers pour la santé de l'usage de la pipe à eau. Ce qui a été démontré, c'est que l'eau ne filtre pas les substances toxiques du tabac, contrairement à une idée assez répandue. Sur la base des connaissances actuelles, on peut affirmer que les risques pour la santé sont comparables à ceux liés à la fumée de cigarettes.

Quelques principaux risques:

- La nicotine peut mener à une dépendance sévère.
- Le goudron et les autres substances toxiques peuvent causer des cancers du poumon, de la gorge, de la vessie ou occasionner des tumeurs sur les lèvres.
- La fumée sortant d'une pipe à eau contient une grande quantité de monoxyde de carbone, due à la combustion du charbon. Le monoxyde de carbone réduit la

quantité d'oxygène dans le sang et perturbe de ce fait le fonctionnement du cœur et la circulation sanguine.

- La fumée du tabac contient différents produits toxiques, comme des métaux lourds. Certains de ces produits sont présents en grande concentration dans la fumée de la pipe à eau.
- Si la pipe à eau est fumée en commun, le danger de contracter un herpès, l'hépatite ou la tuberculose ne doit pas être écarté. Le danger d'une infection par la tuberculose est réel dans des cas plus rares, dans les pays où cette maladie n'a pas été éradiquée, et les régions où elle est réapparue. Une hygiène douteuse dans l'entretien et l'usage du narguilé peut également occasionner des mycoses.
- Le risque qu'un nouveau-né ait un poids réduit à la naissance est plus élevé chez les femmes ayant fumé régulièrement la pipe à eau pendant la grossesse que chez les non-fumeuses.

Quelles différences peut-on relever entre la pipe à eau et la cigarette?

- La pipe à eau est fumée plus longtemps: la fumée d'une cigarette dure plus ou moins cinq minutes, celle d'une pipe à eau environ 50 minutes.
- Avec la pipe à eau le tabac est chauffé à environ 450°, alors qu'une cigarette se consume à une température de 900°. On suppose dès lors que l'usage de la pipe à eau est moins cancérigène que la cigarette, grâce à cette température réduite.

A quoi faut-il être attentif lorsque l'on fume le narguilé?

La fumée du tabac met la santé en danger, ceci est également valable pour les fumeurs de pipe à eau. Avec la pipe à eau, il est également important d'être attentif à l'hygiène et de changer l'embout après l'usage.

Matériel d'information

L'ISPA a édité à l'intention des jeunes le flyer „tabac“, à l'intention des adultes l'infodrogues „tabac“ et plus spécifiquement pour les parents la brochure «Tabac: pour en parler aux ados». Les enseignants trouveront dans «Contre la clope, on met le paquet» un guide pratique pour des activités de prévention à l'école.

Pour commander : tél. 021 321 29 35, courriel : librairie@sfa-ispa.ch, ou directement sur www.sfa-ispa.ch, où vous trouverez toute notre documentation.