

COMPRÉHENSION ÉCRITE :

« Fumer très peu tue aussi »



"Vous fumez? – Pratiquement rien. Deux ou trois cigarettes par jour."

Une enquête norvégienne nous apprend aujourd'hui que ce "pratiquement rien", c'est encore trop, beaucoup trop! Le seul fait de fumer entre une et quatre cigarettes par jour multiplie déjà par trois le risque de mourir d'une attaque cardiaque et augmente aussi celui de cancer du poumon. Des chercheurs norvégiens se sont penchés pour la première fois sur les 'petits' fumeurs, ceux qui se croient protégés parce que, selon leurs critères, ne fumer que quelques cigarettes par jour est tout à fait acceptable. Toutes les grandes études évaluant l'effet du tabac sur la santé ont surtout mis l'accent sur de fortes consommations (au moins un paquet de cigarettes par jour). Les petites doses de tabac ont longtemps été considérées, même par des groupes de médecins, comme peu dangereuses.

Le travail, paru dans la revue britannique Tobacco Control, vient de mettre les choses au point. Cette enquête porte sur près de 23 000 volontaires, hommes et femmes, vivant en Norvège et dont l'âge est compris entre 35 et 49 ans. Il y a vingt ans, ces mêmes



hommes et femmes avaient déjà subi un premier examen médical.

Depuis, ils ont été revus régulièrement pour mesurer l'évolution de leur état de santé, la fréquence des cancers ou des maladies cardiaques.

Les résultats soulignent, comme on le supposait, que la mortalité suite à des maladies cardiaques et au cancer du poumon augmente avec le niveau de consommation de cigarettes. Le lien tragique entre cigarette et cancer du poumon est évident: les décès par cancer du poumon sont multipliés par 33 pour les hommes et par 27 pour les femmes, par rapport aux non-fumeurs. Quant aux décès, suite à des problèmes cardiaques, ils sont multipliés par 4, aussi bien pour les hommes que pour les femmes.



Le travail norvégien révèle que, pour des consommations de tabac considérées comme faibles, c'est-à-dire entre une et quatre cigarettes par jour, le danger est presque le même que pour des doses fortes. L'enquête a également montré qu'au cours de ces vingt ans, très peu de volontaires ont cessé de fumer. Quelques-uns ont passé de quatre cigarettes à dix cigarettes, d'autres ont passé à un paquet ou même plus par jour. Cette étude est la première à s'être penchée sur les effets d'une consommation faible chez la femme. Ce travail devrait convaincre les hommes politiques, les éducateurs et, bien sûr, la population que fumer, ne serait-ce que très peu, comporte déjà des risques graves pour la santé.

Questions

1. Dans quel pays cette enquête a-t-elle eu lieu?
2. Qu'est-ce qu'un 'petit' fumeur?
3. Quelle est la différence entre l'enquête norvégienne et les autres enquêtes?
4. Combien de personnes ont participé à cette enquête? Dans quelle tranche d'âge?
5. Combien de temps cette enquête a-t-elle duré?
6. Quelles maladies, liées au tabac, les chercheurs ont-ils étudiées particulièrement?
7. Quels sont les résultats de cette enquête pour les cancers de poumon? Et pour les problèmes cardiaques?
8. Comment les fumeurs ont-ils évolué au cours de la durée de l'enquête?
9. De quoi l'enquête devrait-elle convaincre la population?

Discussion

10. "... les 'petits' fumeurs, ceux qui se croient protégés parce que, selon leurs critères, ne fumer que quelques cigarettes par jour est tout à fait acceptable." Est-ce que des jeunes sont capables d'établir leurs propres critères par rapport à la cigarette? Sur quoi de tels critères sont-ils généralement basés?
11. "... pour des consommations de tabac considérées comme faibles ..." À partir de quand une consommation de tabac peut-elle être considérée comme 'faible'? Expliquez.
12. "Le lien tragique entre cigarette et cancer du poumon est évident." Alors, d'après vous, qu'est-ce qui pousse des jeunes à la consommation de cigarettes?
13. "Ce travail devrait convaincre les hommes politiques, les éducateurs,..." Quel rôle les hommes politiques ou les éducateurs peuvent-ils jouer dans toute cette affaire?
14. Pourquoi la consommation de cigarettes pourrait-elle contenir plus de risques pour les femmes?
15. Est-ce que vous fumez? Si oui, fumez-vous peu ou beaucoup?
16. Si vous fumez, qu'est-ce qui vous a poussé vers la première cigarette?
17. Si vous fumez, avez-vous déjà essayé d'arrêter la cigarette? Si oui, avez-vous réussi? Pourquoi (pas)? Qu'est-ce qui est le plus dur?
18. Il est interdit de fumer dans un grand nombre de lieux publics. Êtes-vous pour ou contre? Pourquoi?