

Si la cigarette demeure le mode de consommation le plus répandu du tabac, ces dernières années ont vu l'usage de la pipe à eau ou narguilé se propager, en particulier auprès d'un jeune public. Plusieurs établissements proposant ce mode de consommation ont ouvert leurs portes et de nombreux points de ventes de pipes à eau ont vu le jour récemment. Si la consommation de cigarettes est de moins en moins tolérée dans la sphère publique, la consommation de narguilé, au contraire, jouit d'une image positive dans la population. Elle est notamment en lien avec des représentations exotico-orientales positives, mais également liée aux senteurs et parfums agréables associés à cette pratique. On en vient presque à oublier les risques importants pour la santé liés à ce mode de consommation.

### **Quels sont les risques pour la santé en lien avec la consommation de cigarettes ou du narguilé ?**

Au même titre que la cigarette, la fumée aspirée au moyen du narguilé contient un grand nombre de substances toxiques. 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 :

- 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 combustion du charbon qui chauffe le tabac produit une grande quantité de monoxyde de carbone, lequel est absorbé au même titre que lors de la consommation d'une cigarette. 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, beaucoup plus que dans la cigarette.
- Le risque d'un poids réduit pour les nouveaux nés 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 longuement: la consommation d'une cigarette dure plus ou moins cinq minutes, celle d'une pipe à eau environ 50 minutes, ce qui implique une consommation de fumée plus importante que la consommation d'une cigarette. Par ailleurs, la fumée refroidie par la pipe à eau est inhalée plus profondément que la fumée d'une cigarette. Ces deux facteurs associés augmentent encore la présence de substances dommageables pour la santé dans l'organisme.
- Si la pipe à eau est fumée en commun, le risque de contracter un herpès, l'hépatite ou la tuberculose ne doit pas être écarté. Une hygiène douteuse dans l'entretien et l'usage du narguilé peut également occasionner des mycoses.
- Avec la pipe à eau le tabac est chauffé à environ 450°, alors qu'une cigarette se consume à une température de 900°. Il n'existe actuellement pas de données

scientifiques qui permettent d'affirmer quelles sont conséquences produites par cette différence de température sur l'organisme.

- La fumée du narguilé est aspirée à travers l'eau contenue dans la pipe. S'il paraît possible que certains composants de la fumée solubles à l'eau restent dans le liquide, les connaissances actuelles indiquent que l'eau n'agit pas en temps que filtre.

### **Ce qu'en dit la recherche**

Peu d'études ont été menées sur les risques sanitaires engendrés par la consommation de narguilé. Ce phénomène peut être expliqué de la manière suivante :

- Les personnes faisant usage de narguilé sont souvent également consommatrices de cigarettes. Ceci complique le travail de la recherche car il est difficile de véritablement différencier les risques ou dommages causés indépendamment par la cigarette ou la pipe à eau.
- La consommation de narguilé est un phénomène relativement récent dans l'espace européen. Bien que ce phénomène se soit amplifié au cours des dernières années, il n'existe encore actuellement que peu de données pouvant être utilisées par la recherche.

### **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». Ces différentes brochures sont également disponibles sous forme électronique avec les liens suivants :

[http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/flyer\\_Tabac\\_F.pdf](http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/flyer_Tabac_F.pdf)

[http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/id\\_Tabac\\_F.pdf](http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/id_Tabac_F.pdf)

[http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/tabac\\_parents.pdf](http://www.sfa-ispa.ch/DocUpload/tabac_parents.pdf)

Pour commander, vous pouvez contacter la librairie (par tél. 021 321 29 35 ou par courriel : [librairie@sfa-ispa.ch](mailto:librairie@sfa-ispa.ch)), ou consulter directement notre site [www.sfa-ispa.ch](http://www.sfa-ispa.ch), où vous trouverez toute notre documentation.