



BIODELYANCE

Fumer très peu tue aussi

Le seul fait de fumer entre une et quatre cigarettes par jour multiplie déjà par trois le risque de mourir d'attaques cardiaques 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 par un tabagisme qui, selon leurs propres critères, serait acceptable. Toutes les grandes études évaluant l'effet du tabac sur la santé ont surtout mis l'accent sur des fortes consommations (au moins un paquet de cigarettes par jour). Cette enquête porte sur près de 23 000 hommes et femmes vivant en Norvège d'âge compris entre 35 et 49 ans.

De manière plus innovante, ce travail révèle que, pour des consommations de tabac considérées comme faibles, voire anodines, c'est-à-dire entre une et quatre cigarettes par jour de manière régulière, les morts cardio-vasculaires sont déjà multipliées par quasiment 3 pour les hommes, comme pour les femmes. La toxicité cardiaque du tabac consommé à faibles doses est finalement à peine moindre que pour des doses plus élevées.

Par ailleurs, une à quatre cigarettes par jour multiplient par cinq le taux de décès par cancer du poumon chez la femme (et par trois pour les hommes, mais, là, les chiffres ne sont pas statistiquement significatifs). Ecrit par TC: www.tregouet.org

