

## Qui est touché par le tabagisme passif ?

Sur le lieu de travail :

En 2020,  
16 % des 18-64 ans  
ont été exposés  
au tabagisme passif  
dans les locaux de leur  
lieu de travail.

A l'intérieur du domicile :

En 2020,  
18 % des 18-75 ans  
déclarent que quelqu'un  
fume à l'intérieur  
de leur domicile.

## Comment protéger son entourage quand on est fumeur ?

Pour vous protéger des dangers du tabac et protéger ceux qui vous entourent, le mieux c'est d'arrêter de fumer.

En attendant de vous libérer du tabac, faites attention à :

- Ne pas fumer en présence de non-fumeurs, et plus particulièrement en présence d'enfants et de femmes enceintes ;
- Ne pas fumer à l'intérieur, même à la fenêtre ou sur le pas de la porte ;
- Respecter l'interdiction de fumer dans tous les espaces collectifs.

Pour arrêter de fumer, vous trouverez des conseils sur [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr), au 39 89 ou auprès de votre médecin. Les sages-femmes, les dentistes, les kinésithérapeutes, et les infirmiers peuvent vous prescrire des substituts nicotiniques. Votre pharmacien peut vous conseiller.

Des solutions existent pour vous aider !



**tabac info service**  
le site + l'appli + le 39 89

Appel non surtaxé. Du lundi au samedi de 8h à 20h.



### Le 39 89

Un accompagnement personnalisé, efficace et gratuit par téléphone tout au long de votre arrêt. En appelant le 39 89, posez toutes vos questions et prenez rendez-vous avec un tabacologue.

### L'appli Tabac info service

Un soutien personnalisé et disponible 24 heures sur 24, pour choisir votre méthode d'arrêt et avoir des conseils pour tenir bon. Cette application est téléchargeable gratuitement sur l'App Store et Google Play.

### Le site Tabac info service

Des informations, des conseils sur l'arrêt du tabac, des tests pour bien vous préparer et augmenter vos chances de réussite. [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)

### La page Facebook Tabac info service

Une communauté solidaire d'ex-fumeurs et de fumeurs souhaitant arrêter, toujours prête à vous soutenir dans les moments difficiles.

3989

Service gratuit  
+ prix appel



# TABAGISME PASSIF

**tabac info service**

bienvenue dans une vie sans tabac



## Le tabagisme passif, qu'est-ce que c'est ?

C'est la respiration involontaire de la fumée recrachée par les fumeurs ou dégagée par une cigarette allumée. Cette fumée est dangereuse pour la santé des fumeurs et des non-fumeurs.

## Pourquoi le tabagisme passif est-il dangereux ?

La fumée du tabac contient plusieurs milliers de produits chimiques dangereux. Plusieurs dizaines de ces produits peuvent provoquer des cancers. Ces substances peuvent causer ou aggraver certaines maladies.

Il est dangereux de respirer cette fumée, que l'on soit dans une pièce fermée ou en plein air (rue, parc, terrasse...). Le risque de tomber malade augmente si on est souvent ou longtemps en contact avec cette fumée.

En 2011,  
on a estimé qu'environ  
1100 adultes mouraient  
chaque année en France  
des suites du  
tabagisme passif.

## Quels sont les risques du tabagisme passif ?

**Pour le fœtus, lorsqu'une femme enceinte est exposée à la fumée du tabac.**

- Un retard de croissance
- Un retard de développement intellectuel
- Des malformations
- La mort in utero

**Pour le jeune enfant**

- Rhinopharyngites et otites
- Apparition d'asthme
- Infections respiratoires
- Mort inattendue du nourrisson

**Pour l'adulte**

- Infarctus
- Cancer du poumon
- Maladies respiratoires chroniques
- Accident vasculaire cérébral
- Complications de la grossesse pour la femme enceinte

## Que dit la loi ?

**L'interdiction de fumer**

**Il est interdit de fumer dans de nombreux lieux pour nous éviter de respirer la fumée du tabac :**



- Tous les lieux de travail, fermés et couverts
- Les lieux accueillant du public
- Les lieux de convivialité : cafés, hôtels, restaurants, discothèques, casinos
- Les transports collectifs
- Les transports privés en présence d'un enfant de moins de 18 ans
- Les établissements scolaires, y compris les espaces à l'air libre (cours de récréation...)
- Les établissements d'hébergement et de formation des mineurs
- Les aires collectives de jeux

## Et pour le vapotage ?

**On ne connaît pas bien les effets des émissions du vapotage sur les personnes qui ne vapotent pas. Par sécurité, il est interdit de vapoter dans certains lieux :**



- Les établissements scolaires, d'hébergement et de formation des mineurs
- Les transports collectifs fermés
- Les lieux de travail fermés et couverts collectifs

**Dans tous ces espaces, une signalisation visible doit rappeler l'interdiction de fumer et/ou de vapoter.**

## Les espaces fumeurs

**Les responsables d'établissement peuvent créer des emplacements réservés aux fumeurs. Il y en a peu, car ils doivent respecter beaucoup de règles.**