

Fumée secondaire : *toujours* des méfaits bien réels et encore plusieurs mythes

Famille sans fumée rappelle de ne pas fumer en présence d'enfants

Montréal, le 10 octobre 2023 – La campagne *Famille sans fumée* est de retour afin de sensibiliser la population aux dangers de la fumée secondaire pour la santé des enfants. Parce que plusieurs mythes sont encore tenaces et les méfaits bien réels, *Famille sans fumée* rappelle aux parents l'importance de poser des gestes concrets afin de protéger leurs enfants des dangers de la fumée secondaire. La campagne invite les parents fumeurs à faire de leur maison et de leur voiture des zones sans fumée en tout temps, ainsi qu'à fumer loin des enfants lorsqu'ils sont à l'extérieur.

Les mythes qui persistent

Encore trop de parents croient que fumer sous la hotte, près d'une fenêtre ouverte, dans une pièce fermée ou encore lorsque les enfants ne sont pas là sont des moyens qui permettent de les protéger de la fumée secondaire. Selon un sondage Léger effectué en 2022, parmi les parents qui fument dans la maison, 49 % fument encore sous la hotte et 45 % près d'une fenêtre ouverte¹.

Une partie du problème réside dans le fait que de nombreuses substances toxiques présentes dans la fumée secondaire sont invisibles et sans odeur, ce qui peut donner un faux sentiment de sécurité aux parents. Or, bien qu'ils montrent de bonnes intentions et qu'ils aident à réduire la concentration de fumée, ces gestes ne sont pas suffisants pour protéger totalement les enfants. Par exemple, alors qu'une hotte de cuisine effectue autour de 10 à 12 changements d'air par heure dans la pièce, une étude démontre qu'il faudrait compter au moins 10 000 changements d'air par heure pour arriver à un niveau de risque acceptable, soit l'équivalent d'une tornade!

Des méfaits pourtant connus

Toujours selon le sondage Léger, 94 % des parents qui fument considèrent pourtant qu'il est dangereux pour la santé des enfants de fumer en leur présence¹. Rappelons que la fumée secondaire contient plus de 7 000 substances chimiques. Elle est particulièrement néfaste pour la santé des bébés et des enfants parce qu'ils respirent plus vite que les adultes, ce qui les amène à absorber de plus grandes quantités de substances, et que leur système immunitaire de même que leurs poumons n'ont pas encore fini de se développer. « L'exposition à cette fumée nocive peut provoquer ou accentuer plusieurs problèmes respiratoires chez les enfants : toux, rhume, bronchite, pneumonie et asthme. D'ailleurs, les enfants de fumeurs courent de 2 à 4 fois plus de risques de souffrir d'asthme », mentionne Guy Desrosiers, président-directeur général de Capsana, l'organisation initiatrice de *Famille sans fumée*. Il rappelle aussi que les seules stratégies efficaces sont de faire de la maison et de la voiture des zones 100 % sans fumée en tout temps et, à l'extérieur, de fumer loin des enfants et des femmes enceintes.

Une occasion d'arrêter

Pour soutenir les parents et les aider à limiter l'exposition de leurs enfants à la fumée de tabac, le site famillesansfumee.ca propose de l'information sur la fumée secondaire, entre autres sur certains mythes, ainsi que des conseils pour passer à l'action. Il suggère également des ressources d'aide gratuites pour les parents qui souhaitent diminuer leur consommation de cigarettes ou même arrêter de fumer, telles que la ligne J'ARRÊTE (1 866 527-7383), les centres d'abandon du tabagisme, le site JARRETE.QC.CA ainsi que l'aide par textos SMAT.

À propos de *Famille sans fumée*

Famille sans fumée est une campagne qui sensibilise les familles aux dangers de la fumée secondaire pour la santé, particulièrement celle des enfants. Elle est réalisée par Capsana et présentée en partenariat avec plusieurs organismes publics et privés, notamment le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et les Directions régionales de santé publique du Québec. Pour en savoir plus, visitez famillesansfumee.ca.

À propos de Capsana

Capsana est une organisation à vocation sociale détenue par la Fondation ÉPIC, qui est liée à l'Institut de Cardiologie de Montréal, et par la Fondation PSI. Sa mission est d'aider les individus à devenir acteurs de leur santé. Pour en savoir plus, visitez capsana.ca.

¹ Léger Marketing (2022). *Notoriété et perception de la campagne publicitaire Famille sans fumée – Rapport d'analyse d'un sondage post-campagne.*

Sources :

famillesansfumee.ca | facebook.com/famillesansfumee
capsana.ca | [@equipeCapsana](https://twitter.com/equipeCapsana)

Renseignements et demandes d'entrevue :

Annie Robitaille
Chargée de projets
514 715-6062
annie.robitaille@citoyen.com