

31 mai Journée Mondiale sans tabac

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que d'ici 2020, le tabac sera la principale cause de décès et d'incapacité, avec plus de 10 millions de victimes par an. Le tabagisme entrainera alors plus de décès à travers le monde que le Sida, la tuberculose, la mortalité maternelle, les accidents de voiture, les suicides et les homicides combinés...

C'est décidé : j'arrête !

La Journée mondiale sans tabac vise à mettre l'accent sur le rôle décisif joué par les professionnels de la santé dans la lutte antitabac. Ces derniers sont en effet en contact avec un pourcentage élevé de la population cible et ils ont l'occasion d'aider les fumeurs à modifier leur comportement. Ils peuvent aussi donner des conseils et des réponses aux questions relatives aux conséquences du tabagisme et donner l'exemple en s'abstenant de fumer.

Des alternatives ?

S'arrêter de fumer est parfois un véritable parcours du combattant et des alternatives au sevrage total de tabac font régulièrement leur apparition. Acupuncture, homéopathie, sophrologie, médecines douces voire cigarette électronique, les méthodes sont nombreuses et proposent une aide à ceux qui souhaitent arrêter de fumer. Leur efficacité est dans la plupart des cas encore à valider et au final et c'est votre médecin qui vous apportera le conseil adapté. Le dossier réalisé par Doctissimo permettra de se faire une idée générale.

Thème 2017

Le thème pour la Journée mondiale sans tabac 2017 est : Le tabac – une menace pour le développement.

La campagne permettra de mettre en évidence la menace que représente l'industrie du tabac pour le développement durable de tous les pays, notamment la santé et le bien-être économique de leurs citoyens. Elle proposera des mesures à prendre en vue de promouvoir la santé et le développement en luttant contre la crise mondiale de tabagisme. Plus d'information sur le site de l'OMS (voir ci-dessous).

Un site à visiter : www.who.int