

Comment Dire Halte au Tabagisme, cette Nouvelle Peste des Temps Modernes?

La veille de la célébration de la journée internationale de lutte contre le tabagisme de l'année 2008, je venais de retrouver un ami intime d'enfance, que j'avais perdu de vue depuis plus de 35 ans.

A l'occasion de cette retrouvaille, mon vieil ami m'invita à prendre un pot avec lui, sous les arbres de la place 'Monument Bio Guerra' de la ville de Parakou, encore appelée 'Cité des Kobourou', dans la partie septentrionale de mon pays, la République du Bénin.

Pendant que mon vieil ami et moi étions replongés dans les lointains souvenirs des 'bons vieux temps', deux jeunes demoiselles interrompirent notre conversation, puis nous demandèrent si nous n'allions pas essayer le nouveau produit que la firme de cigarettes pour laquelle elles travaillent est entrain de lancer.

J'ai demandé à l'une de ces demoiselles – qui je l'avoue était fort belle et bien habillée en tee-shirt et casquette frappés de la marque de la firme productrice de ce nouveau produit – si elle savait quel évènement est célébré sur le plan international, chaque 31 mai.

Elle me dit qu'elle le sait très bien. Je lui demandai ensuite, si elle est consciente des risques liés au tabagisme même passif, surtout pour une jeune femme comme elle. Mais ma surprise fut grande de l'entendre me répondre, qu'elle en savait autant que moi sur ces risques ! Ceci dit, elle s'éloigna rapidement, et partit pour la conquête d'autres clients.

Mais je ne sais pas elle sait vraiment que :

- Chaque cigarette fumée entraîne 11 minutes de votre espérance de vie en moins.
 - Le tabac tue 560 personnes par heure dans le monde.
 - Le bout incandescent d'une cigarette peut atteindre une température de 800°C, donc présente un haut risque de brûlure grave de la lèvre.
 - La fumée du tabac contient près de 500 substances cancérigènes selon certains auteurs et plus de 4000 composés chimiques dont beaucoup de toxiques, mais plutôt 60 substances cancérigènes selon d'autres auteurs.
 - Les fumeurs ont 27 fois plus de risques de troubles érectiles, pouvant aboutir à l'impuissance sexuelle et l'ex-fumeur a 11 fois plus les mêmes risques.
 - Le tabagisme favorise l'alcoolisme, car les neuromédiateurs stimulés dans le cerveau lors d'une consommation d'alcool sont les mêmes que ceux stimulés lors de la prise du tabac et de ses dérivés.
 - Voici d'ailleurs quelques constituants du tabac, pour vous donner une idée de ce que vous ingérer chaque fois que vous absorbez une bouffée de tabac : DDT qui est un insecticide, Acétone qui est un dissolvant, Chlorure de Vinyle qui est de la matière plastique, Arsenic qui est un poison, Méthanol qui est un carburant pour les fusées, Butane qui est u gaz, Ammoniaque qui est un détergent, Cadmium qui est aussi une substance radio active, et le Monoxyde de carbone qui est du gaz d'échappement !
- Bien que étant conscientes des effets nocifs du tabac, les multinationales de production du tabac et les cigarettiers, après avoir perdu du terrain dans les pays développés, ont jeté leur dévolu sur l'Afrique et les autres pays en développement qui sont devenus leur terrain de prédilection.

Et il est donc prévu, que si rien n'est fait, d'ici à 2020, il y aura près de 20.000.000 de décès annuels du fait du tabagisme dans le monde, dont 70 à 80% en Afrique et dans les autres pays en développement.

Puis d'ailleurs, une étude publiée dans l' « American Journal of Health » de Septembre 2008, prouve que les cigarettes contiennent du 'Polonium 210' (une substance radio active) qui ferait 11700 de morts par an dans le monde. Ceci était un secret gardé par les fabricants pendant 40 ans !

Arrêter de fumer est une décision que vous prenez personnellement et individuellement. Alors, si vous décidez d'arrêter de fumer, savez-vous quoi faire pour arriver à bout de cette force irrésistible qui vous pousse à allumer une cigarette après l'autre, à longueur de journée ?

Arrêter de fumer n'est pas réellement une affaire de 'Volonté', puisque la Nicotine contenue dans le tabac est responsable de la 'Dépendance' et qui

dit 'Dépendance' dit 'Volonté = 0'. Il n'y aurait donc aucun rapport entre le caractère du fumeur et le succès de l'arrêt.

Alors, si vous êtes fumeur, ne pensez-vous pas qu'il est vraiment temps d'arrêter avec ce cercle vicieux et dire halte à cette 'peste' des temps modernes qui vous ronge, vous suce et vous tue ?

Pour plus d'informations sur comment vous y prendre, allez au lien :

<http://club-positif.com/psp/produits/item/92a61890>

About the Author

Dr Codjo Rodrigue Abel A., le Netpreneur qui a choisit de manifester une vie abondante. <http://stores.lulu.com/store.php?fAcctID=1067378>

<http://jesuisnepourprotegerlavie.blogspot.com>

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)