



# LES DANGERS DE LA PUFF



# SOMMAIRE

- ▶ C'est quoi la puff ?
  - ▶ Qu'est-ce qu'il y a dans la puff ?
  - ▶ Est-ce dangereux pour la santé ?
  - ▶ J'ai fumé / j'ai envie d'essayer que faire ?
  - ▶ Conclusion
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted diagonally from the bottom right towards the top right, located in the lower right quadrant of the slide.

# C'EST QUOI LA PUFF ?

- ▶ La puff est une cigarette électronique avec plusieurs goûts différents, cela peut-être des goûts de fruits, comme des goûts de bonbons.
  - ▶ Une seule puff représente environ 40 cigarettes.
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted diagonally from the bottom right towards the top right, set against the blue background.

# LA PUFF

- ▶ Il existe plusieurs sortes de puff, comme pour les cigarettes
- ▶ Il existe aussi plusieurs marques de puff, la plus connue est : JNR



# QU'EST-CE QU'IL Y A DANS LA PUFF ?

- ▶ Dans la puff, il y a en général de la nicotine, la nicotine peut développer chez certaines personnes des troubles cognitifs.
- ▶ La fumée produite par la cigarette électronique est constituée de produits chimiques.
- ▶ Nous ne savons pas encore très bien ce qu'il y a dedans, mais nous savons que ce n'est pas bon pour la santé.
- ▶ Certaines personnes mettent de la « spline » c'est une drogue liquide qu'on peut ajouter dans la puff directement.

# EST-CE DANGEREUX POUR LA SANTÉ ?

- ▶ Oui, la puff est dangereuse pour la santé, car dedans comme nous l'indique la page d'avant il y a de la nicotine ou encore des produits chimiques dangereux pour la santé.
- ▶ La nicotine par exemple peut créer des troubles cognitifs qui peuvent nuire à la scolarité. Les troubles cognitifs sont des troubles impliquant la socialisation (capacité à se faire des amis...), la communication, le geste (mouvements saccadés, tremblements...), l'attention (la concentration), le raisonnement, la mémoire ou encore les apprentissages. Ces symptômes sont encore plus forts chez les enfants, les pré-ados et les ados car le cerveau n'est totalement fini que vers l'âge de 25 ans. Ces problèmes de cerveau peuvent être à vie !!

# EST-CE DANGEREUX POUR LA SANTÉ ?

- ▶ La puff est comme une cigarette, donc elle abîme le cardio (endurance, capacité sportive). Elle crée des problèmes de cœurs.
- ▶ Comme pour la cigarette, elle peut créer des cancers (qui sont des maladies mortelles).
- ▶ La puff peut donner des vomissements.
- ▶ A cause de la nicotine, les jeunes peuvent devenir accro (ne plus pouvoir s'en passer) et augmenter le risque de troubles cognitifs.
- ▶ La puff peut créer des maladies aux poumons pouvant être irréversibles (pas soignable) ou encore le décès.
- ▶ Elle peut créer des problèmes au quotidien comme faire des malaises, perdre le goût, ou provoquer de la fatigue.

# J'AI FUMÉ / J'AI ENVIE D'ESSAYER, QUE FAIRE ?

- ▶ Vous pouvez appelez des professionnels, si vous avez besoin de parler :
  - Les consultations jeunes consommateurs (CJC): anonymes et gratuits qui répondent aux questions et permettent de parler de votre consommation (0 800 23 13 13)
  - Tabac Infos Service : application sur téléphone disponible ainsi qu'un numéro de téléphone : 39 83
  - Les professionnels de santé autour de toi : infirmières scolaires, médecins généralistes, etc.

# CONCLUSION

En conclusion, la puff ou cigarette électronique n'est pas bonne pour la santé, elle vous abîme le corps, le cerveau, vous pouvez attraper des maladies, ou même mourir.

En plus, la puff n'est pas bonne pour la planète, car c'est fait en plastique, avec une pile et des produits chimiques.