

## L'actu du jour

### C'est quoi une cigarette électronique ?

**Tu as peut-être déjà vu cet objet... Il a la forme d'une cigarette et donne l'impression qu'il dégage de la fumée comme elle. Et pourtant, ce n'en est pas. Il s'agit d'une cigarette électronique. 1jour1actu t'explique pourquoi cet objet est en train de se répandre en France et pourquoi il fait beaucoup parler de lui en ce moment.**

#### Pourquoi en parle-t-on ?

Pour deux raisons : c'est la journée mondiale sans tabac et parce que la ministre de la santé, Marisol Touraine, a déclaré ce matin que la vente de cet objet serait interdit aux moins de 18 ans. Elle se dit aussi favorable à son interdiction, comme la vraie cigarette, dans les bars et les restaurants.

#### L'actu du jour :

Tu le sais sûrement : fumer, c'est dangereux pour la santé. Pourtant, plus de 15 millions de personnes en France ont pris cette mauvaise habitude et n'arrivent plus à s'en défaire. Alors, comment faire ? Il y a 10 ans, un pharmacien chinois a proposé une solution : il a inventé un nouvel objet, censé remplacer la cigarette. Voilà comment est née la **cigarette électronique**, qu'on appelle aussi e-cigarette (on prononce « i-cigarette »). Aujourd'hui, 500 000 personnes en France ont déjà testé cette invention et l'ont adoptée.

#### C'est quoi une cigarette électronique ?

C'est un petit tube qui a la même forme que la cigarette et qui s'utilise en faisant le même mouvement. Elle est donc censée donner l'impression que l'on fume. À l'intérieur, l'utilisateur glisse un réservoir qui contient soit un peu, soit pas du tout de nicotine (le fameux produit toxique de la cigarette).

Le tube transforme alors ce contenu en vapeur, en activant un petit système électronique contenant un mini chauffage et une pile. D'où le nom d'« électronique ».

#### Pourquoi cet objet a-t-il été inventé ?

Il a été imaginé pour aider les personnes à arrêter de fumer. Quand on fume, l'organisme humain s'habitue à recevoir de la nicotine régulièrement. Il prend aussi l'habitude d'effectuer toujours le même geste, c'est-à-dire d'avoir un objet dans la bouche et entre les doigts. Du coup, pour les fumeurs, il est généralement très difficile de stopper la cigarette du jour au lendemain.

#### Est-ce que cette invention est efficace ?

Difficile à dire... D'après l'étude qui vient d'être faite par des experts, la cigarette électronique contient effectivement moins de nicotine, ce qui est une bonne chose. En revanche, comme il s'agit d'un nouvel objet, les médecins n'ont pas encore réussi à bien étudier son effet sur la santé, ni son effet sur l'arrêt de la cigarette.

Une chose est sûre : la cigarette électronique n'est évidemment recommandée que pour les fumeurs. En aucun cas il ne faut l'essayer quand on ne fume pas car elle pourrait donner envie de s'y mettre. Au final, est-il nécessaire de te le rappeler... La cigarette reste l'ennemi farouche de notre santé. Ne pas l'approcher reste à coup sûr la meilleure solution pour ne pas devenir accro !

#### Le quiz du jour :

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)