

**MOIS
SANS
TABAC**



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

Défi #1 : du 6 au 13 novembre

Vous l'aviez tant attendu, le voilà ! Voici le formulaire des réponses attendues aux diverses activités du défi 1 du challenge inter-structures Mois sans tabac 2023 !

LES RÉPONSES AU QUIZ

1. Fumer fait apparaître les cheveux gris prématurément. (1 point)

VRAI.

Fumer serait l'un des principaux facteurs conduisant à un blanchissement prématuré des cheveux. Les mélanocytes des follicules pileux sont endommagés par le tabagisme, ce qui conduit à la canitie*.



*La canitie est la décoloration des cheveux et des poils qui deviennent grisonnants, puis gris, enfin tout à fait blancs.

**MOIS
SANS
TABAC**



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

2. Je suis un dispositif à usage unique, équipé d'une batterie intégrée non-rechargeable et d'un réservoir déjà rempli d'un liquide. Mon nom se traduit par "bouffée" en français. Je suis un désastre écologique qui est heureusement amené à bientôt disparaître. Je suis : (1 point)

UNE PUFF .

La « Puff » est une nouvelle forme de cigarette électronique (e-cigarette), avec une batterie à usage unique, donc jetable. Ses déchets entraînent un impact écologique considérable, sans compter les risques liés au tabagisme qu'elle peut engendrer notamment pour les plus jeunes.



3. Quelle action de Marketing social permettrait pour chaque euro investi d'économiser plus de 7 euros sur les dépenses de santé ? (1 point)

LE MOIS SANS TABAC.

Selon les modélisations de l'OCDE, Mois sans tabac permettrait de réduire les dépenses de santé de 94 millions d'euros par an en moyenne entre 2023 et 2050 (pour un coût par année d'environ 12 millions par an). Ainsi, pour chaque euro investi dans Mois Sans Tabac, plus de 7 euros sont économisés sur les dépenses de santé du fait de l'arrêt du tabagisme.

Pour aller plus loin :

Devaux, M., et al. (2023), « Évaluation du programme national de lutte contre le tabagisme en France », Documents de travail de l'OCDE sur la santé, n° 155, Éditions OCDE, Paris, en ligne.

**MOIS
SANS
TABAC**



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

4. Trouvez l(es) intru(s) : quel(s) professionnel(s) ne peu(ven)t pas prescrire de traitements nicotiques de substitution ? (1 point)

MÉDECIN GÉNÉRALISTE - SAGE-FEMME - GORDONNIER - PHARMACIEN - MÉDECIN DU TRAVAIL - CHIRURGIEN - DENTISTE - INFIRMIER - MASSEUR-KINÉSITHÉRAPEUTE

La loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé autorise, en plus des médecins et des sage-femmes, les médecins du travail, les chirurgiens-dentistes, les infirmiers et les masseurs-kinésithérapeutes à prescrire les traitements nicotiques de substitution. Les sage-femmes ont bénéficié, dans le cadre de cette loi, d'un élargissement de leurs droits de prescription à l'entourage de la femme enceinte ou accouchée.

5. À votre avis, la première campagne anti-tabac a été menée par : (1 point)

LE GOUVERNEMENT NAZI D'HITLER.

Hitler fut un grand fumeur jusqu'à l'âge de 30 ans puis il décida de lutter activement contre le tabac. Cependant la campagne nazie anti-tabac fut doublement motivée : par le dégoût personnel d'Hitler pour le tabac bien sûr mais aussi par une politique eugéniste. La médecine et la recherche allemande établissent un rapport entre tabagisme et cancers du poumon, et font émerger l'idée de tabagisme passif.

**MOIS
SANS
TABAC**



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

6. Je soulage les symptômes de sevrage, je réduis l'envie de fumer et je préviens les reprises. Qui suis-je ? (Plusieurs réponses possibles) (2 points)

**UN PATCH - UNE GOMME À MÂCHER - UN CHEWING GUM
- UNE PASTILLE À SUCER - UN SPRAY BUCCAL - UN
INHALEUR - UN COMPRIMÉ SUBLINGUAL**

Le traitement nicotinique de substitution se présente sous différentes formes : patchs, gommes à mâcher, pastilles ou comprimés à sucer, inhalateur et spray. Ces substituts nicotiques limitent ou même éliminent les effets du manque de nicotine (nervosité, irritabilité, difficultés de concentration intellectuelle, humeur dépressive, augmentation de l'appétit...). Peu à peu, le besoin de fumer diminue jusqu'à disparaître. Ces substituts sont très efficaces, ils augmentent de 50 à 60 % vos chances de tenir bon dans votre arrêt pendant au moins 6 mois. En plus, ils sont maintenant remboursés par l'Assurance Maladie si vous avez une ordonnance d'un professionnel de santé. Et votre complémentaire santé peut rembourser le reste à charge alors autant en profiter ! [Pour en savoir plus, cliquez ici.](#)

7. Le tabac est source de déforestation. À votre avis, combien d'hectares de forêts disparaissent chaque année à cause de sa culture : (1 point)

200 000.

Chaque année, 200 000 hectares de forêts sont coupés à cause de la culture du tabac. Un arbre est perdu pour chaque 300 cigarettes/1,5 cartouche produite, alors que le séchage des feuilles de tabac libère des gaz polluants qui contribuent au réchauffement climatique. Et une raison de plus pour arrêter !



MOIS
SANS
TABAC



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

8. Aujourd'hui, on dit que les cigarettes électroniques sont des SEDEN. (1 point)



VRAI.

Les systèmes électroniques de délivrance de la nicotine (SEDEN), communément appelés « cigarettes électroniques », sont des produits constitués d'une batterie, d'un réservoir de liquide et d'une résistance. L'utilisateur peut acheter un produit avec ou sans nicotine et choisir l'arôme du liquide. On estime à plusieurs milliers le nombre de produits utilisés pour concevoir les saveurs.

MOIS
SANS
TABAC

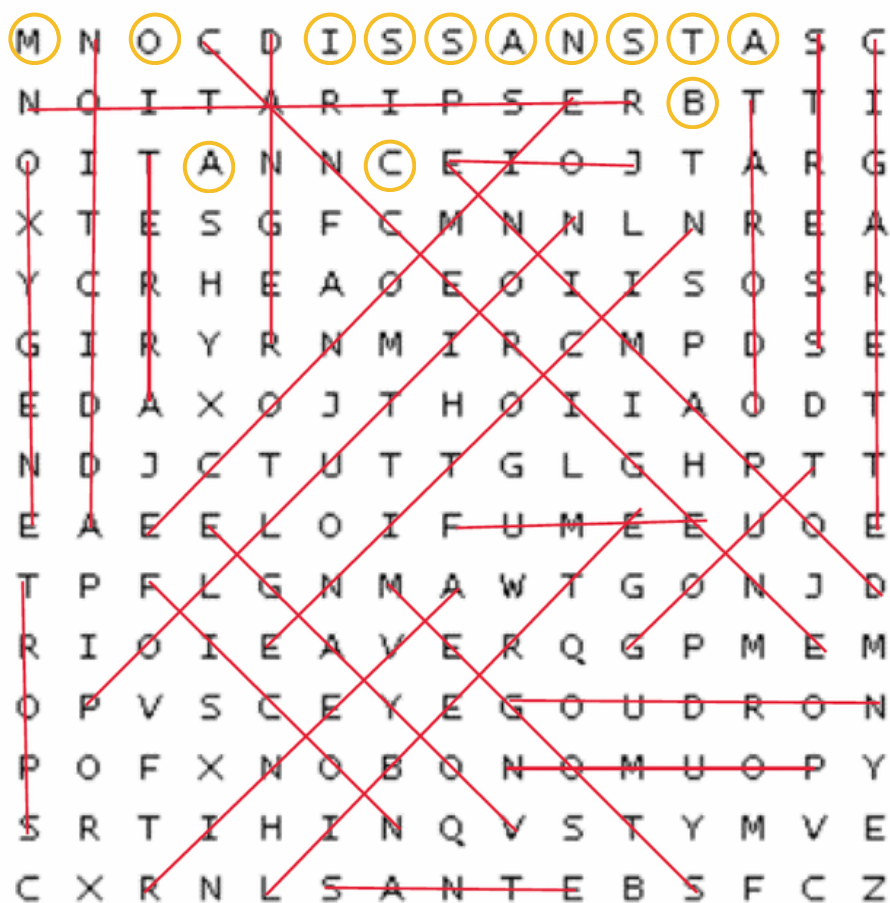


CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

Défi #1 : du 6 au 13 novembre

RÉPONSE MOTS MÊLÉS



- CANCÉRIGÈNE
- NICOTINE
- DANGER
- ADDICTION
- POLLUTION
- ODORAT
- GOUT
- VOYAGE
- AVENIR
- RESPIRATION
- DOPAMINE
- MÉGOTS
- GOUDRON
- ARRÊT
- FUMÉE
- CIGARETTE
- SPORT
- NOGIF
- STRESS
- OXYGENE
- JOIE
- POUMON
- ECONOMIE
- LIBERTE
- SANTE

**MOIS
SANS
TABAC**



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

Défi #1 : du 6 au 13 novembre

RÉPONSE MOT CACHÉ

Pour trouver le mot caché, il suffit de conserver uniquement les lettres qui apparaissent une seule fois :

VXLCRA**B**IFGOFWVGJHMPHCKUYGFULJQMNOXP**K**KNQ**D**RZHOBT
XJRUEVCWYPLGWMZOYJXUVFHZTLKQMRYUOPZXLNBCQWY**G****S**

À vous de jouer !

Le mot caché est :

AIDES

En lien avec l'arrêt du tabac et le mot caché, à quoi pensez-vous en 2023 ?

Quelques exemples de réponses

- Traitement de substitution nicotinique (TSN)
- Tabac Info Service
- Professionnel de santé
- Mois sans tabac

MOIS
SANS
TABAC



CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2023

NOUVELLE-AQUITAINE

Défi #1 : du 6 au 13 novembre

RÉPONSE 7 DIFFÉRENCES

HERE'S A LESSON ON
How to Dive!
Petite diving star 'JIM' FAIRBROTHER says that in diving...or choosing a cigarette... EXPERIENCE IS THE BEST TEACHER!

I LEARNED FROM EXPERIENCE... BY COMPARING... THAT CAMELS SUIT ME BEST!

It takes a lot of trying...until experience tells you that you've finally found perfection!

Here's how a 115' entryway should look. Study it carefully—and see what you can do!

Let your -Zone tell you why **More people are smoking CAMELS than ever before!**

Your "T-Zone"
T for Taste...
T for Throat...
that's your proving ground for any cigarette. See if Camels don't suit your "T-Zone" to a "T."

• Here's a lesson in choosing a cigarette, too! Like Miss Fairbrother, countless smokers have tried different brands—and compared—for full flavor and cool-smoking mildness. Camels—made from *choice* tobaccos, properly aged and expertly blended—are the *choice* of experience with millions!

Try Camels yourself in your "T-Zone"... that's T for Taste and T for Throat. See how their rich, full flavor suits your taste. See how Camel's cool mildness suits your throat! Learn from *your own* experience in your own "T-Zone" why more people are smoking Camels than ever before!

According to a Nationwide survey:
MORE DOCTORS SMOKE CAMELS THAN ANY OTHER CIGARETTE

Three leading independent research organizations asked 113,597 doctors what cigarette they smoked. The brand named most was Camel!

HERE'S A LESSON ON
How to Die!
Petite diving star 'JIM' FAIRBROTHER says that in diving...or choosing a cigarette... EXPERIENCE IS THE BEST TEACHER!

I LEARNED FROM EXPERIENCE... BY COMPARING... THAT CAMELS SUIT ME BEST!

It takes a lot of trying...until experience tells you that you've finally found perfection!

Here's how a 115' entryway should look. Study it carefully—and see what you can do!

Let your -Zone tell you why **More people are smoking Flower than ever before!**

Your "T-Zone"
T for Taste...
T for Throat...
that's your proving ground for any cigarette. See if Camels don't suit your "T-Zone" to a "T."

• Here's a lesson in choosing a cigarette, too! Like Miss Fairbrother, countless smokers have tried different brands—and compared—for full flavor and cool-smoking mildness. Camels—made from *choice* tobaccos, properly aged and expertly blended—are the *choice* of experience with millions!

Try Camels yourself in your "T-Zone"... that's T for Taste and T for Throat. See how their rich, full flavor suits your taste. See how Camel's cool mildness suits your throat! Learn from *your own* experience in your own "T-Zone" why more people are smoking Camels than ever before!

According to a Nationwide survey:
MORE DOCTORS SMOKE CAMELS THAN ANY OTHER CIGARETTE

Three leading independent research organizations asked 113,597 doctors what cigarette they smoked. The brand named most was Camel!