

Cotinine

Qu'est-ce que la cotinine?

La cotinine est un produit métabolique de la nicotine. Elle se forme dans le corps humain après inhalation de la nicotine. Il s'agit d'un excellent marqueur pour évaluer l'exposition à la fumée de tabac..

D'où provient-elle ?

La nicotine est présente dans les produits du tabac, tels que les cigarettes, les cigares. Les non-fumeurs qui inhalent de la fumée de tabac (aussi appelés fumeurs passifs) absorbent aussi de la nicotine.

Biomonitoring humain de la cotinine

L'exposition à la fumée de tabac peut être évaluée en déterminant la concentration de cotinine dans le sang ou dans l'urine. La demie vie (période pendant laquelle la concentration d'une substance dans le corps est réduite de moitié) de la cotinine est d'environ 20h et peut être dépistée jusqu'à 7 jours après la consommation de tabac ou l'exposition au tabac. Les concentrations de cotinine mesurées dans le sang sont très bien corrélées avec le niveau d'exposition au tabac, y compris dans le cas des fumeurs passifs.

Une concentration de cotinine mesurable dans le sang ou dans l'urine signifie que vous avez été exposé à la fumée de cigarette.

Effets sur la santé de la fumée de cigarette

La fumée de cigarette contient beaucoup de produits toxiques, nicotine inclus. Fumer peut provoquer des cancers du poumon, des maladies cardiaques et respiratoires comme la bronchite ou l'emphysème. Les adultes et les enfants non-fumeurs exposés à la fumée de tabac encourrent des risques similaires pour la santé que les fumeurs. Les enfants sont sensibles à la fumée de tabac qui les expose à un risque accru de mort subite du nourrisson, d'infections respiratoires et d'asthme. L'exposition à la fumée de tabac durant la grossesse peut aboutir à des nouveau-nés prématurés et de petits poids de naissance.



Comment réduire l'exposition ?

- Arrêter de fumer pour améliorer sa santé et protéger celle de sa famille contre la fumée.
- Contacter tabacstop au 0800 111 00 ou consulter les liens sur notre site web www.nehap.be pour obtenir de l'aide ou des informations.
- Limiter autant que possible l'exposition passive à la fumée de tabac
- Éviter les lieux enfumés où la consommation de tabac est autorisée.

