

# LA NICOTINE

Naturellement présente dans la plante de tabac

**Insecticide neurotoxique** (appartient à la famille des nicotinoïdes)

Interdite en tant qu'insecticide en 2008

## Une drogue dure et «triste»

## Un outil de sevrage

Plus l'arrivée au cerveau est rapide, plus l'addiction est élevée (cinétique).

Assimilation de nicotine ultra-rapide

7-10sec

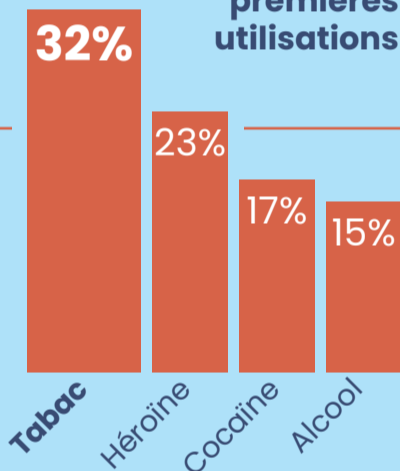
2-3mn

20mn-1h

Assimilation de nicotine lente

Forme inhalée  
Shoot de nicotine

Probabilité de devenir dépendant dès les premières utilisations



**1/4** des fumeurs tentent un arrêt (chaque année sur au moins 1 semaine)

se soldant majoritairement par un échec



Une exposition précoce à la nicotine altère le cerveau au niveau de sa structure et de ses performances

Après les premières cigarettes, la dépendance s'installe rapidement : **quelques jours voire quelques semaines**

Pour 1 cigarette

quantité de nicotine absorbée



**1 à 6 mg** | **1,31 mg**  
suivant la manière de fumer | en moyenne

En cas d'arrêt de la consommation

**les syndrômes du manque se font sentir :**

- ★ Irritabilité, frustration
- ★ Anxiété
- ★ Concentration altérée
- ★ Appétit augmenté
- ★ Fébrilité
- ★ Humeur dépressive
- ★ Insomnie

On peut voir la cigarette comme un mécanisme pour administrer une dose journalière de nicotine

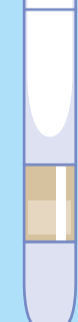
Philip Morris 1972



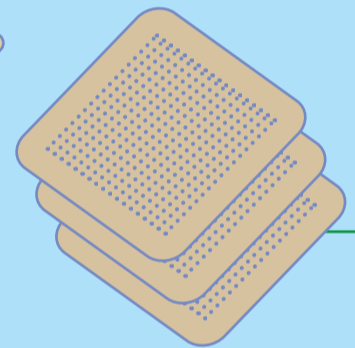
Substituts nicotiques (TSN)

Forme orale

Forme transdermique



GOMME



PATCH

SPRAY INHALEUR

PASTILLES

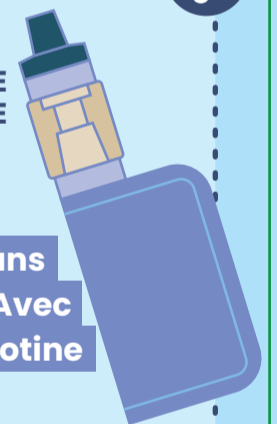
Substitut potentiel

- Semble moins nocive que la cigarette mais n'est **pas inoffensive**.
- De nombreux fumeurs **sortent du tabagisme** avec l'e-cig.
- Peut aussi provoquer une **autre forme d'addiction à la nicotine**.

CIGARETTE ÉLECTRONIQUE

E-LIQUIDE

Avec ou sans nicotine / Avec sels de nicotine



Avec un bon dosage



**Pas de manque ressenti, la dépendance baisse progressivement**

- La consommation excessive n'entraîne pas d'overdose
- Ne provoque pas de trouble de la conscience
- N'est pas à l'origine des cancers