



## Je fume depuis 2ans ; quelle en est la gravité ?

Rubrique : questions-réponses - Date : jeudi 12 février 2009

---

Je fume depuis 2ans ; quelle en est la gravité ?

### Réponse :

Les individus n'étant pas égaux face à la maladie, vous devez seulement estimer que l'arrêt du tabagisme est toujours profitable pour votre santé, pour votre bien être comme pour la santé et le bien être de ceux qui vous côtoient, mais également pour l'environnement.

Sachez également qu'en matière de risques pour la santé, la durée de l'exposition tabagique est plus importante que la consommation. En quelque sorte, il est moins dangereux pour la santé de fumer pendant 3 ans 20 cigarettes par jour que de fumer pendant 20 ans 3 cigarettes par jour.