



## CONSOMMATION DE TABAC ET COVID-19

L'Assemblée des Premières Nations (APN) propose cet aperçu de l'effet potentiel de la consommation de tabac relativement à la COVID-19. En ce moment, il est important que chaque citoyen soit conscient de tout risque supplémentaire qu'il peut faire courir à lui-même et à sa famille. Étant donné que la situation évolue rapidement, nous vous encourageons à consulter la page Web de l'APN sur le COVID-19 pour obtenir des informations et des ressources récentes (<https://www.afn.ca/fr/coronavirus/>).

### Consommation de tabac traditionnel

Depuis très longtemps, les Premières Nations consomment du tabac de façon traditionnelle pour honorer le Créateur. Dans le cadre d'événements spirituels et cérémoniels, ce produit est régi par des protocoles culturels. Les Premières Nations le consomment de différentes manières. Le tabac traditionnel est considéré comme une substance ayant un effet bénéfique général sur la santé. En outre, il joue un rôle important dans le cadre d'un usage traditionnel et cérémoniel, car il sert à affirmer l'identité des Premières Nations et à développer l'estime de soi, qui favorise la santé et le mieux-être parmi les personnes et les communautés.

### Consommation de tabac commercial

Le tabac commercial contient des additifs qui peuvent causer des maladies et la mort. Parmi les Premières Nations, 40 % des adultes, près d'un 1/3 des adolescents habitant dans les réserves et 14 % des adolescents vivant hors des réserves ont déclaré fumer du tabac commercial quotidiennement. Il a été démontré qu'une consommation abusive de tabac commercial cause d'importants problèmes de santé, dont des maladies respiratoires, le diabète, le cancer et des maladies cardiovasculaires. Lorsqu'une personne atteinte d'une de ces maladies sous-jacentes contracte le coronavirus, elle court un plus grand risque de présenter une grave affection pulmonaire, telle une pneumonie.

### La consommation de tabac peut accroître les risques pour la santé pendant la pandémie de COVID-19

- Le tabagisme accroît le risque de contracter la COVID-19 parce qu'il empêche l'enclenchement de certains mécanismes de défense naturels des poumons.
- La transmission du virus de la main à la bouche est accrue chez les fumeurs à cause du contact entre les doigts et les lèvres.
- Les fumeurs déjà atteints d'une affection pulmonaire ou d'une insuffisance respiratoire sont plus susceptibles de contracter une maladie grave.

- Partager une pipe ou tout autre accessoire servant à fumer du tabac avec d'autres personnes (contact des lèvres avec l'embout) facilite la transmission de la COVID-19.

### Comment réduire le risque

- Pratiquer l'éloignement physique en ne fumant pas en groupe.
- Ne pas partager les accessoires servant à fumer du tabac, tels qu'un vaporisateur ou une pipe, ni une cigarette.
- Envisager de réduire ou d'arrêter la consommation de tabac commercial. Lorsque vous êtes prêt à accomplir une telle démarche, communiquez avec le centre de santé, le responsable du programme des SSNA ou le navigateur des SSNA de votre région pour obtenir les ressources destinées à vous aider.

### Ressources supplémentaires

**Autorité sanitaire des Premières Nations :** Ressources sur le respect du tabagisme <https://www.fnha.ca/wellness/wellness-and-the-first-nations-health-authority/wellness-streams/respecting-tobacco>

**Action Cancer Ontario :** Ressources pour arrêter de fumer <https://www.cancercareontario.ca/fr/Renoncement-tabac>

**Organisation mondiale de la santé :** <https://www.who.int/fr/news-room/q-a-detail/q-a-on-smoking-and-covid-19>

**Services de santé non assurés (SSNA) :** <https://www.sac-isc.gc.ca/fra/1572537161086/1572537234517>

