

LES CONSEILS de Gregor

#2 La Chicha

GUIDE RESSOURCE

Avec le soutien de la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (MILDECA), l'association ECLAT-GRAA s'est associée à Vincent Legrand de l'association La Mule (Le projet Gregor - Entre mes doigts...) pour créer des **Web Vidéos** à destination des jeunes. L'Espace santé du Faubourg de Béthune de Lille, les Clubs de foot du quartier et l'association Perspectives ont participé étroitement au développement de ces outils.

Cet outil appelé « Les conseils selon Grégor » se compose de 2 vidéos accompagnées d'un guide ressources.

1 - LE CANNABIS # 2 - LA CHICHA

Les conduites fumées autour de la consommation de cannabis et la chicha se développent. Nous, professionnels, nous regardons ces nouvelles pratiques de consommation de produits psychoactifs avec beaucoup d'observations et d'interrogations. Elles nous interpellent et bouleversent nos interventions et nous demandent un peu de recul, des connaissances précises sur les contenus de ces produits, sur ces effets, ces modalités de consommation etc...

C'est pourquoi, il nous fallait traiter le sujet avec des outils d'intervention plus immédiats, plus accessibles, plus générationnelles, en lien avec les nouveaux modes de communication et de susciter le débat. Le guide ressources vient compléter ces outils et permet d'accompagner les professionnels à animer le débat à la suite des projections.

Cet outil est disponible en téléchargement sur :

WWW.PROJETGREGOR.FR

EN SAVOIR PLUS SUR LA CHICHA :

Selon ESCAPAD 2014, l'usage de la chicha ou du narguilé semble se développer depuis quelques années parmi les adolescents. Près de 2 jeunes sur 3 ont déjà expérimenté la chicha (64,7%), les garçons étant légèrement plus expérimentateurs que les filles (66,1 % et 63,2 % respectivement).

Les filles sont également moins consommatrices régulières (au moins 10 fois dans leur vie) : 18,3 % vs 32,1 % pour les garçons.

LA CHICHA, QU'EST-CE QUE C'EST ?

(source : OFT Tabacologia « Chicha, cannabis et tabac à rouler... »)

Selon l'Office Française de Prévention du Tabagisme, la chicha (ou narguilé) est une pipe orientale à long tuyau flexible dans laquelle la fumée passe par un vase rempli d'eau qui ne filtre que certaines substances nocives de la fumée du tabac.

Le tabac utilisé, le « tabamel », est composé d'environ 28% de tabac (contenant de la nicotine, substance addictive), mais aussi d'environ 70% de mélasse et d'un arôme de fruits, rendant les nuages parfumés si suaves.

Cette nouvelle manière de consommer le tabac, synonyme pour beaucoup de convivialité et d'invitation au voyage, constitue une réelle tendance qui suscite de vives inquiétudes auprès des acteurs de la santé.

Le tabac adouci et aromatisé utilisé dans un narguilé peut constituer une porte d'entrée au tabagisme pour un certain nombre de personnes, particulièrement des jeunes, qui sans cela n'auraient jamais commencé à fumer.

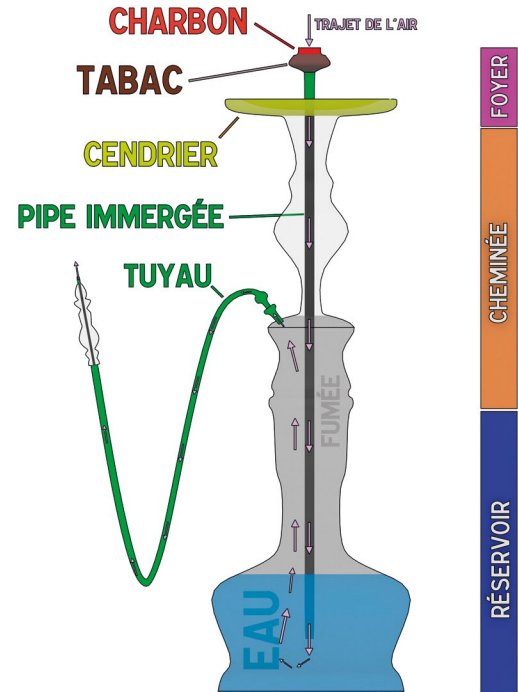
MODE D'EMPLOI :

La chicha est constituée d'un vase contenant entre un quart et un demi-litre d'eau, éventuellement parfumée, dans lequel trempe un tube relié à un bouton étanche, lui-même relié à la douille sur laquelle on dépose 5 à 10 grammes de tabac-mélasse spécial pour narguilé.

Ce tabac est recouvert d'une feuille d'aluminium alimentaire percée d'une dizaine de trous sur laquelle on place un charbon de bois allumé. Le tabac peut-être remplacé par du Shiazou (pierres poreuses mélangées à de la mélasse et à un arôme parfumé), il ne contient pas de tabac.

Ce charbon de bois permet au tabac de se consumer lentement sans véritablement s'enflammer.

En inspirant profondément sur un tuyau raccordé sur le haut du vase, une dépression se crée. L'air active le charbon, traverse le tabac qui se consume en générant de la fumée qui passe par le tuyau central de la chicha, barbote dans l'eau où elle va se charger de nouveaux parfums et abandonner une partie de ses substances, avant d'être inhalée profondément par le fumeur qui va en rejeter des quantités importantes dans son environnement.



TOXICITÉ (source : « OFT Tabacologia Chicha, cannabis et tabac à rouler... »)

La fumée de chicha ne contient pas plus de toxiques que la fumée de tabac, mais elle occupe des volumes beaucoup plus importants. Alors que chaque bouffée de cigarette ne contient que 35 ml de fumée et que fumer une cigarette conduit à inhaler moins de $\frac{3}{4}$ de litre de fumée, c'est environ le volume de fumée pris à chaque bouffée de chicha. C'est aussi le cas pour le shiazo même s'il contient pas de tabac.

ÉQUIVALENCE (Pour une séance de chicha - environ 45 minutes)

Nicotine	_____	15 cigarettes
Monoxyde de Carbone	_____	20 cigarettes
Goudrons	_____	26 cigarettes
Volume de fumée avalée	_____	40 cigarettes

Exemple de lecture : On s'expose au même taux de nicotine lors d'une séance de chicha d'environ 45 minutes que lorsque l'on fume 15 cigarettes.

De plus, ce type de consommation est responsable du retour de certaines maladies infectieuses, comme la tuberculose. Le fait de partager le même embout favorise la transmission de maladies contagieuses (herpès, hépatite, gastro-entérite...) au sein du groupe.

La fumée de la chicha est moins « âcre » car plus parfumée et plus humide. Le charbon à allumage rapide, utilisé par certains fumeurs de narguilé, est fabriqué en mélangeant de la poudre de charbon et différents produits chimiques tels que le nitrate de potassium. Sa combustion peut poser un risque sanitaire supplémentaire car il dégage des niveaux plus élevés de monoxyde de carbone et autres substances dangereuses que le charbon traditionnel.

Fumer le narguilé dans un lieu fermé a des conséquences nocives sur la santé des personnes présentes. Le taux de monoxyde de carbone chez un non-fumeur exposé au tabagisme passif de la chicha pendant une heure est le même que le taux observé en fumant 6 à 8 cigarettes.

La chicha est-elle moins toxique que la cigarette ?

En effet, la combustion de la cigarette est réalisée à 850°C alors que celle de la chicha se réalise à 450°C. La combustion de la cigarette est plus complète que la chicha, c'est pourquoi la chicha plus toxique.

Les bouffées sont composées de nicotine, de monoxyde de carbone, de goudrons, de bactéries, de virus, de métaux lourds, ... soit plus de 4 000 substances.

Il n'est pas prouvé que le passage de la fumée dans l'eau supprime les substances toxiques et carcinogènes dont elle est composée.

De plus, l'utilisation des charbons pour la combustion, dégage du monoxyde de carbone, substance ayant des effets très négatifs sur le système cardiovasculaire.

CONVIVIALITÉ

La cigarette est considérée aujourd'hui comme un produit malsain, polluant, et renvoie une image peu glamour. Les cigaretteurs recherchent un tabac dit "propre", ils le trouvent en Orient avec la chicha. Celle-ci renvoie une image inoffensive, de convivialité, de douceur, ... "Fumer la chicha, c'est être entre amis, dans une ambiance sympa, exotique, chaleureuse, ...".

Noix de coco, réglisse, fruits rouge, mojito ... Les fabricants rivalisent d'imagination pour proposer des saveurs toujours plus originales, des parfums plus subtils.

Ce ne sont pas tant ces arômes artificiels qui sont dangereux mais le fait qu'ils permettent de capter les consommateurs qui ne se seraient peut-être pas tournés vers le tabac sans ce piège marketing.

La dépendance à la nicotine peut être provoquée ou entretenue par la nicotine contenue dans le tabac. Fumer la chicha donne autant de nicotine que fumer 1 ou 2 cigarettes.

LÉGISLATION

La vente de tabac en France est le monopole de l'Etat. Il ne peut être vendu au détail que par des commerçants qui ont une autorisation de l'administration. Par contre, le shizzo est un produit de consommation courante et donc en vente libre.

En France, il est interdit de fumer dans tous les lieux à usage collectif, qu'ils constituent un lieu de travail ou un lieu d'accueil au public. Il est toutefois possible de fumer la chicha à l'intérieur d'un établissement si celui-ci est équipé d'un fumoir (respectant le décret du 15 Novembre 2006 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans les lieux affectés à un usage collectif) qui ne peut être qu'une partie de l'établissement. Les cafés, bars ou salons à chicha dédiés à 100% à la consommation de tabac sont donc dans l'illégalité.

Les revendeurs de tabac sont dans l'obligation de demander la production d'une pièce d'identité pour vérifier l'âge des consommateurs (vente interdite au mineur).

Quelques idées reçues sur la chicha :

- Quand on fume la chicha, on fume du tabac.
- Une session de chicha est équivalente à environ 2 paquets de cigarettes.
- L'eau filtre toutes les substances dangereuses.
- La fumée de chicha est douce et donc inoffensive.

RESSOURCES :

Consultations Jeunes Consommateurs (Drogues info service) : 0 800 23 13 13 (de 8h à 2h, 7 jours sur 7, appel gratuit depuis un poste fixe) www.drogues-info-service.fr

Ecoute cannabis : 0 811 91 20 20 (tous les jours de 8h à 20h – coût d’une communication locale depuis un poste fixe)

Fil santé jeunes : 0 800 235 236

Tabac info Service : 3989 appel non surtaxé depuis un poste fixe- Du lundi au samedi de 08h à 20h

Internet :

www.drogues.gouv.fr (rubrique « adresses utiles »)

www.tabac-info-service.fr

www.eclat-graa.org

**RÉALISÉ PAR ECLAT-GRAA ET LA MULE
FINANCÉ PAR LA MILDECA**



PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

ECLAT-GRAA Nord – Pas-de-Calais
235, Avenue de la Recherche – 59120 LOOS
TEL : 03 20 21 06 05 / FAX : 03 66 72 44 39

contact@eclat-graa.org
www.eclat-graa.org