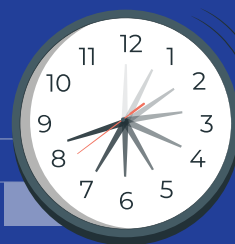


✕ Ce que l'on croit

« La cigarette aide
à gérer le stress. »



✓ Ce que l'on sait

La nicotine est un excitant :
elle élève la tension et accélère
le rythme cardiaque. Le soulagement
ressenti après une cigarette, c'est le manque qui s'apaise
(manque créé par la cigarette précédente).

Addictions, ne payez pas l'addition.

Une question, un doute, envie d'en parler ?

09 71 09 31 00 (appel non surtaxé)

Dispositif du Pôle Alimentaire d'AG2R LA MONDIALE • confidentiel • RDV gratuit avec un addictologue.

Parrott, A. C. (1999). Does cigarette smoking cause stress? American Psychologist, 54(10), 817-820.