

	Présentation	Conséquences sur le cerveau	Autres conséquences
Cigarette  <u>Psychotrope</u>	Plus de 6 millions de morts / 600 000 meurent de tabagisme passif Plante = tabac + substances nocives (Polonium + mercure + goudron+ arsenic)	Nicotine rend addictogène. Certaines substances agissent et perturbent les synapses.	Cancers, problème de croissance pendant grossesse, otites et bronchites à répétitions.
Cannabis  <u>Psychotrope</u>	Plante illégale Plante = chanvre Substance active : THC	altération de la mémoire et de troubles de la perception du temps, hallucinations, parfois paranoïa	Pendant la grossesse, risque de naissance prématurée, augmentation importante des accidents mortels
Héroïne  <u>Psychotrope</u>	Sous forme de poudre Très dangereuse car addictive et puissante Plante = pavot Via insufflation (sniff), par injection intraveineuse ou par inhalation (fumée)	Euphorie Perte de mémoire Dépendance physique et psychiques (dès la première prise) et changement de comportement et d'humeur.	Diminution des rythmes cardiaques et respiratoires.  Grossesse : prématurité, retard de croissance et dépendance à la naissance
Trop de bruit	Les effets du bruit sur la santé sont liés à une exposition plus ou moins régulière, subie ou volontaire au bruit à des intensités sonores trop élevées. Cela peut se faire dans la vie quotidienne (casque audio, bruit dans la rue...) ou bien au travail (salle de classe, marteau-piqueur).	Rend irritable, stress et provoque des troubles du sommeil comme par exemple des problèmes d'endormissement	Troubles de l'audition (surdité partielle voire totale). Diminue les défenses de l'organisme (+ de maladies) et peut provoquer des fausses-couches Hypertension
Manque de sommeil	Recommandation : 7h de sommeil chez un adulte, 9h pour un ado et 11h pour un enfant Permet de rester en bonne santé. 55% des Français dorment mal.	Difficultés pour se concentrer et pour mémoriser	Augmentation du risque d'accidents. Apparence modifiée : yeux rouges et gonflés, teint terne, cernes, la peau vieillit prématurément. Augmentation des risques de cancers, d'AVC et des diabètes. Induit une consommation de nourriture plus importante et plus riche en calories et en glucides : Le risque d'obésité est donc plus important.
Alcool  <u>Psychotrope</u>	L'alcool est une boisson qui modifie le comportement et le raisonnement. Différentes plantes = pommier (cidre), raisin (vin) ... Boire en grande quantité et régulièrement cause l'alcoolisme.	l'altération du fonctionnement du cerveau.  Certaines personnes peuvent devenir agressives et violentes.	Grossesse : le cerveau se développe mal ou encore malformations physiques. Cause des problèmes digestifs, des cancers des voies digestives. Vieillesse prématurée. En France, on estime que 925 personnes sont mortes sur les routes en 2012.