

# PARLER DE VAPOTAGE AVEC LES JEUNES

## FICHE DE CONSEILS



Pour en savoir plus : [Canada.ca/info-vapotage](https://Canada.ca/info-vapotage)

## RENSEIGNEZ-VOUS AVANT LA DISCUSSION

### Le vapotage n'est pas inoffensif

- › Le vapotage peut accroître votre exposition à des produits chimiques nocifs.
- › Le vapotage peut créer une dépendance à la nicotine.
- › Les effets à long terme du vapotage sur la santé sont inconnus.
- › Lorsqu'elles sont défectueuses, les piles des produits de vapotage peuvent causer des incendies et produire des explosions.

### Les risques liés à la nicotine

La nicotine est un produit chimique qui crée une forte dépendance. Les jeunes sont particulièrement vulnérables aux effets négatifs de la nicotine, qui peut altérer le développement du cerveau, en plus d'affecter la mémoire et la concentration. Elle peut également mener à la dépendance, notamment la dépendance physique. Ce ne sont pas tous les produits de vapotage qui contiennent de la nicotine, mais pour ceux qui en contiennent, la concentration en nicotine peut varier considérablement. Certains mélanges ont une très faible teneur en nicotine alors que d'autres en contiennent d'avantage qu'une cigarette normale. Même si les produits de vapotage ne contiennent pas de nicotine, ils peuvent vous exposer à d'autres produits chimiques nocifs.

---

*Vapoter de la nicotine peut altérer le développement du cerveau chez les adolescents.*

---

### Le vapotage par rapport au tabagisme

Pour un fumeur, vapoter est moins nocif que fumer. Toutefois, l'usage de produits contenant de la nicotine, y compris les cigarettes et les produits de vapotage, comportent des risques pour les jeunes.

### Les liquides de vapotage

Les substances que l'on retrouve généralement dans les liquides de vapotage comprennent, entre autres, du glycérol, des arômes, du propylène glycol et diverses concentrations de nicotine. Les risques à long terme de l'inhalation des substances contenues dans les produits de vapotage ne sont pas connus et continuent d'être évalués. Il n'y a pas de combustion lors du vapotage ; le liquide est plutôt chauffé, or, ce processus peut provoquer des réactions et créer de nouveaux produits chimiques, comme le formaldéhyde. Certains contaminants, tels que les métaux, peuvent également se retrouver dans les produits de vapotage, puis dans la vapeur.

### Quelques faits

- › Le vapotage a pour but d'aider les personnes qui fument à cesser de fumer. Il n'est pas destiné aux jeunes ni aux non-fumeurs.
- › Bien que le vapotage ne soit pas sans risque, les adolescents canadiens s'y initient tout de même. Un récent sondage de Santé Canada indique que 23 % des élèves de la 7<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année ont déjà essayé une cigarette électronique.
- › Une étude réalisée en 2018 révèle que la majorité des recharges liquides pour cigarette électronique offertes au Canada contiennent de la nicotine.
- › Certaines caractéristiques peuvent rendre les produits de vapotage plus difficiles à reconnaître ou à détecter : les dispositifs peuvent avoir différentes formes ou tailles et peuvent même ressembler à une clé USB ; les liquides peuvent se décliner en une multitude de saveurs et avoir une teneur élevée en nicotine ; le vapotage ne laisse pas forcément d'odeur identifiable et persistante.
- › Les produits de vapotage sont désignés de plusieurs façons : cigarettes électroniques, vaporisateurs, vaporisateurs-stylos, « mods », narguilés (chichas ou houkas) électroniques, réservoirs. Ils peuvent aussi être connus sous divers noms de marque.