



Sondage en ligne auprès de vapoteurs visant à mesurer les attitudes et les comportements à l'égard des produits de vapotage au fil du temps (2019 à 2021)

Résumé

Préparé pour Santé Canada

Nom du fournisseur : Environics Research

Numéro de contrat : HT372-204361/001/CY

Valeur du contrat : 147 564,71 \$ (TVH incluse)

Date d'attribution du contrat : 2021-02-03

Date de livraison du rapport : 2021-06-24

Numéro d'inscription : ROP 113-20 (HCPOR 20-24)

Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada, à l'adresse :
hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca

This report is also available in English.

Sondage en ligne auprès de vapoteurs visant à mesurer les attitudes et les comportements à l'égard des produits de vapotage au fil du temps (2019 à 2021)

Résumé

Préparé pour Santé Canada par Environics Research

Mai 2021

Le présent rapport de recherche sur l'opinion publique présente les résultats des recherches quantitatives et qualitatives réalisées par Environics Research pour le compte de Santé Canada. La recherche quantitative comprenait un sondage en ligne avec échantillon récurrent mené entre le 8 et le 25 mars 2021 auprès d'un groupe de Canadiens qui s'étaient identifiés comme vapoteurs réguliers lors des vagues originales de 2019 du sondage en ligne de Santé Canada auprès d'un panel de vapoteurs. La recherche qualitative, menée entre le 28 et le 30 avril 2021, a fait appel à 46 participants, recrutés lors de l'exercice quantitatif, qui se sont prêtés à une activité en ligne de deux jours sous forme de babillard dirigé.

Permission de reproduire

Cette publication peut être reproduite à des fins non commerciales seulement. Il faut avoir obtenu au préalable l'autorisation écrite de Santé Canada. Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada, à l'adresse : hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2021.

Nº de catalogue H14-351/2021F-PDF

ISBN978-0-660-40399-1

Publications connexes (numéro d'enregistrement : ROP 113-20) :

Nº de catalogue : H14-351/2021E-PDF (rapport final, en anglais)

ISBN 978-0-660-40398-4

This publication is also available in English under the title *Vapers Online Survey to Measure Attitudes and Behaviours Regarding Vaping Over Time (2019 to 2021)*.

Table des matières

Résumé.....	1
Contexte et objectifs	1
Méthodologie	1
Valeur du contrat	2
Principales constatations.....	2
Déclaration de neutralité politique et coordonnées	8



Résumé

Contexte et objectifs

La *Loi sur le tabac et les produits de vapotage* (LTPV), promulguée en mai 2018, a créé un nouveau cadre législatif visant à réglementer les produits de vapotage afin de préserver les jeunes des incitations à l'usage du tabac et de la dépendance à la nicotine tout en permettant aux adultes d'accéder légalement aux produits de vapotage en tant qu'option moins nocive que le tabac.

Cette étude en ligne auprès de vapoteurs menée par Santé Canada en 2021 représente la troisième vague de recherche visant à examiner la transition entre l'usage du tabac et les produits de vapotage survenant sur le plan individuel. Il s'agit d'une étude longitudinale des changements de comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac au fil du temps au sein d'un groupe de Canadiens qui se sont identifiés comme vapoteurs réguliers lors de la recherche originale de 2019, et qui se sont prêtés de nouveau à l'exercice en 2020.

La recherche avait pour principal objectif de comprendre les habitudes d'utilisation des produits de vapotage au fil du temps sur le plan individuel. Elle a aussi permis de recueillir de l'information sur les attitudes et les comportements associés aux produits de vapotage chez les Canadiens qui sont toujours des vapoteurs réguliers. De façon plus précise, la recherche visait entre autres à :

- mesurer les changements dans les habitudes d'utilisation des vapoteurs réguliers au fil du temps ;
- comprendre les changements dans les habitudes des utilisateurs mixtes au fil du temps ;
- mesurer le niveau de sensibilisation et de connaissances des Canadiens qui vapotent régulièrement en ce qui a trait aux produits de vapotage ;
- recueillir de l'information sur les comportements associés aux produits de vapotage chez les Canadiens qui vapotent régulièrement, y compris en ce qui a trait à l'évolution des produits ; et,
- recueillir de l'information sur les dispositifs et les liquides à vapoter actuellement utilisés par les vapoteurs canadiens.

Méthodologie

Volet quantitatif. Pour atteindre les objectifs de la recherche, un sondage quantitatif en ligne avec échantillon récurrent a été mené auprès de Canadiens qui avaient participé à l'une des vagues de février ou de juin 2019 du sondage en ligne de Santé Canada auprès d'un panel de vapoteurs. Les critères de qualification initiaux pour les sondages de 2019 étaient d'être vapoteur régulier et âgé de 15 ans et plus.

En tout, 2 000 invitations ont été envoyées et 337 personnes ont répondu au sondage de 2021, soit un taux de réponse de 17 %. Le sondage a été mené du 8 au 25 mars 2021 à partir des mêmes sources d'échantillon par panel que les études de 2019 et 2020. Il a donc été réalisé tandis que la majorité de la population canadienne se trouvait en confinement en raison de la pandémie de COVID-19. Sur les 337 répondants de 2021, 295 ont effectué les trois vagues de recherche (2019, 2020 et 2021) et 42 ont effectué seulement les vagues de 2019 et 2021 (c'est-à-dire pas la vague de 2020). Aucun quota n'a été utilisé afin de permettre à chaque participant potentiel de répondre au sondage. Les données ont été pondérées de façon à ce que les répondants soient représentatifs de l'*Enquête canadienne de 2017 sur le tabac, l'alcool et les drogues* (ECTAD) en matière de région, de sexe et d'âge, assurant ainsi la cohérence des données démographiques.

Les répondants étaient classés comme des **vapoteurs réguliers** s'ils avaient vapoté au moins une fois par semaine au cours des quatre semaines précédentes et comme des **fumeurs actuels** s'ils avaient fumé quotidiennement ou à l'occasion au cours du dernier mois. Ceux qui répondaient aux critères des vapoteurs réguliers et des fumeurs actuels étaient classés comme des **utilisateurs mixtes**.

Les répondants de l'échantillon d'origine (et, par le fait même, de celui de 2021) ont été sélectionnés à partir de panels d'individus ayant accepté de participer à des sondages en ligne. Puisque l'échantillon utilisé s'appuie sur des personnes s'étant originalement portées volontaires pour participer au panel, aucune estimation formelle de l'erreur d'échantillonnage ne peut être calculée, et les résultats obtenus ne peuvent être décrits comme étant statistiquement représentatifs de la population cible.

Il est important de noter que cet échantillon ne peut être considéré comme étant représentatif de l'ensemble des vapoteurs réguliers, puisqu'il exclut les personnes qui sont devenues des vapoteurs réguliers entre 2019 et 2021 ; en d'autres mots, aucun « nouveau » vapoteur n'a été invité à participer au sondage.

Volet qualitatif. La deuxième phase du projet consistait en une activité de communauté en ligne qualitative auquel a participé un sous-échantillon de répondants du sondage en ligne de 2021. La communauté en ligne s'est déroulée sur la plateforme de babillard en ligne Recollective, où les participants ont été invités à participer à une série d'activités dirigées, d'une durée de deux jours, selon leur comportement antérieur et actuel en matière de vapotage et d'usage du tabac, avec une attention particulière consacrée aux transitions (c.-à-d. renoncement et rechutes). Des communautés en ligne francophones et anglophones distinctes ont été dirigées simultanément.

Au total, 46 participants (31 anglophones et 15 francophones) ont complété l'exercice qualitatif sur une fenêtre totale de trois jours, soit du 28 avril au 30 avril 2021. Les participants ont été recrutés de manière à constituer un échantillon représentatif des groupes d'âge, des sexes et des expériences en matière de tabagisme et de vapotage. Ceux-ci ont été informés du but de l'exercice, de l'engagement en temps qu'il fallait y consacrer et des mesures incitatives s'y rattachant, et ont reçu des conseils sur la façon de protéger leur vie privée. Chaque participant qui a complété l'exercice qualitatif s'est vu remettre une rétribution de 150 \$ en guise de remerciement pour le temps consacré à la recherche.

Cette recherche était de nature qualitative et non quantitative. Ainsi, les résultats donnent une indication des points de vue des participants sur les questions explorées, mais ils ne peuvent toutefois être généralisés à l'ensemble de la population générale ou aux individus des segments ciblés.

Valeur du contrat

La valeur de ce contrat s'élève à 147 564,71 \$ (TVH incluse).

Principales constatations

Cette recherche se penche sur les changements de comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac chez 337 Canadiens qui ont été initialement identifiés comme des vapoteurs réguliers en 2019, sur une période de trois ans (2019, 2020 et 2021).

Plus d'un participant sur trois (36 %) a connu une transition quelconque entre 2020 et 2021, soit en arrêtant de vapoter et/ou de fumer, en recommençant à vapoter et/ou à fumer, ou en commençant à fumer (aucun nouveau vapoteur n'a été invité à participer au sondage). Les six autres participants sur dix (64 %) entrent dans la catégorie « aucune transition » (statut inchangé), ce qui signifie qu'ils ont continué à vapoter, fumer, faire les deux ou aucun des deux en 2021, comme en 2020. La taille importante de cette catégorie dont le statut est inchangé, la baisse de la proportion de participants signalant un changement de comportement entre 2020 et 21

(36 %) par rapport à l'année précédente (54 % entre 2019 et 20) et les proportions élevées de participants désireux de cesser de fumer témoignent de la ténacité générale de ces comportements, de la difficulté de cesser de fumer pour certains et du manque d'intérêt à cesser de fumer pour d'autres.

On constate également un certain degré de changement dans les comportements de renoncement et de rechute. Par exemple, alors que 15 % des participants ont arrêté de vapoter depuis 2020, 12 % ont recommencé, donnant lieu à une diminution nette des vapoteurs de seulement trois points de pourcentage. On constate une augmentation nette des fumeurs à hauteur de deux points de pourcentage, avec 6 % des répondants qui ont arrêté de fumer, mais 6 % qui ont rechuté et 2 % qui ont commencé à fumer pour la première fois. Ce mouvement, où différents utilisateurs se relaient effectivement au fil du temps, met également en évidence le défi inhérent à la réduction de la proportion *globale* de fumeurs et de vapoteurs au fil du temps.

Les répondants ont été ultimement classés dans des catégories plus larges aux fins d'une analyse plus approfondie des groupes d'intérêt suivants :

- 1. Utilisateurs mixtes (38 % [n = 135*] des répondants) :** Cette recherche met particulièrement l'accent sur les utilisateurs mixtes qui fument et vapotent. En 2020, 38 % des répondants ont déclaré être des utilisateurs mixtes, et cette proportion reste constante en 2021 (38 %). Cette stabilité globale masque toutefois un changement entre 2020 et 2021. Pendant cette période, 12 % de l'échantillon total a cessé d'appartenir à la catégorie des utilisateurs mixtes, soit en abandonnant le tabac, soit en abandonnant le vapotage, soit les deux, et 12 % supplémentaires sont devenus des utilisateurs mixtes (nouveaux ou récidivants) en 2021.
- 2. Ont arrêté de fumer (6 % [n = 26*] des répondants) :** ce groupe est constitué de tous les répondants qui étaient fumeurs lors de la précédente vague d'étude en 2020 (ou 2019, pour ceux qui n'ont pas répondu au sondage en 2020), mais qui ne sont plus des fumeurs réguliers. Le sous-échantillon de ce groupe cible (n = 26) ne peut pas faire l'objet d'une analyse quantitative en raison de sa petite taille.
- 3. Fumeurs récidivants (6 % [n = 25*] des répondants) et nouveaux fumeurs (2 % [n = 6] des répondants) :** ces répondants étaient d'anciens fumeurs en 2019 qui ne fumaient pas en 2020, mais qui ont recommencé à fumer depuis. Les nouveaux fumeurs sont ceux qui n'avaient jamais fumé en 2019 et 2020, mais qui fument désormais. Les échantillons étant de petite taille (n = 25 fumeurs récidivants et n = 6 nouveaux fumeurs), les deux groupes ont été combinés pour en faciliter l'analyse.
- 4. Ont arrêté de vapoter (15 % [n = 56*] des répondants) :** ces répondants vapotaient en 2020 (ou en 2019, pour ceux qui n'ont pas participé à l'étude de 2020), mais ne vapotent plus régulièrement en 2021. Ce groupe comprend les fumeurs actuels qui ont arrêté de vapoter, mais continuent de fumer (9 % des répondants).

*Remarque : les pourcentages sont basés sur des proportions pondérées ; les tailles réelles des échantillons ne sont pas pondérées.

Les points suivants résument les principales constatations concernant des comportements spécifiques, notamment : les comportements liés au vapotage, les habitudes d'usage du tabac chez les utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants, le recours au vapotage pour arrêter de fumer et les tentatives de renoncement au vapotage. Dans l'ensemble, on constate relativement peu de changements dans ces mesures depuis 2020.

Habitudes de vapotage

- En 2021, plus de la moitié (56 %) des participants (qui étaient tous des vapoteurs réguliers en 2019) vapotent toujours, ou vapotent à nouveau. Parmi ces vapoteurs réguliers actuels, la grande majorité (78 %) vapote des produits contenant de la nicotine. La proportion de ceux qui consomment *seulement* des produits contenant de la nicotine a augmenté au cours des trois vagues de l'étude, pour atteindre 66 % en 2021 (comparativement à 56 % en 2020 et 48 % en 2019). La consommation quotidienne de produits

à base de nicotine a également augmenté depuis l'étude initiale, six vapoteurs actuels sur dix (59 %) utilisant quotidiennement des produits à base de nicotine (au lieu de 52 % en 2020 et 49 % en 2019). Cette évolution vers une plus grande consommation de nicotine peut s'expliquer par le fait que ce groupe ne comprend plus les vapoteurs qui ont arrêté de vapoter (avec succès) et qui étaient moins susceptibles d'utiliser des produits à base de nicotine, ou qui utilisaient des produits à base de nicotine moins fréquemment.

- Juul continue d'être la marque de dispositifs la plus répandue chez les vapoteurs réguliers (24 %). Les dépenses mensuelles moyennes sont plus faibles que lors des vagues antérieures, soit 40 \$ par mois pour les dispositifs et 46 \$ par mois pour les liquides (les dépenses moyennes en 2019 étaient de 55 \$ pour les dispositifs et 52 \$ pour les liquides ; les dépenses moyennes en 2020 étaient de 53 \$ pour les dispositifs et 51 \$ pour les liquides) ; cela peut s'expliquer par les impacts économiques de la COVID-19 sur les dépenses discrétionnaires ou par les restrictions d'achat associées à la pandémie.
- Par rapport aux vagues précédentes de l'étude, la préférence pour les liquides de vapotage à saveur de tabac a augmenté, détrônant les saveurs de fruits comme choix le plus courant chez les vapoteurs réguliers. La préférence pour la saveur de tabac est particulièrement élevée chez les anciens fumeurs qui vapotent encore (46 %), laissant entendre que bon nombre de ces utilisateurs ont remplacé le tabac par des produits de vapotage offrant une expérience plus proche de celle du tabac. Elle est également très marquée dans les provinces de l'Atlantique. Cela est probablement attribuable au fait que la Nouvelle-Écosse interdit les produits à base de saveurs autres que le tabac depuis le 1er avril 2020.
- Comme par le passé, le vapotage et l'usage du tabac sont considérés comme aussi importants l'un que l'autre par leurs utilisateurs respectifs (67 % d'entre eux déclarent que ces activités sont très ou assez importantes dans leur vie quotidienne), alors que les utilisateurs mixtes n'accordent pas plus de valeur à une activité/substance qu'à une autre.
- Si la majorité des fumeurs et des vapoteurs déclarent qu'ils se sentent parfois ou souvent jugés négativement pour ces habitudes, cette stigmatisation est ressentie plus largement par les fumeurs (74 %) que par les vapoteurs réguliers (58 %), une tendance qui se vérifie chez les utilisateurs mixtes (74 % pour le tabac et 60 % pour le vapotage).
- Il existe toujours une hiérarchie manifeste quant à la perception des effets nocifs, la moitié des participants (50 %) considérant les produits de vapotage sans nicotine comme nocifs, les trois quarts (74 %) dans le cas des produits de vapotage avec nicotine, et près de neuf sur dix (86 %) dans le cas de la cigarette ; ces résultats sont généralement conformes aux vagues d'études précédentes.
- Près de la moitié des vapoteurs réguliers (47 %) ont essayé d'arrêter de vapoter ou essaient d'arrêter en ce moment, et une proportion encore plus élevée (59 %) ont essayé ou essaient de réduire leur fréquence de vapotage. Si ces proportions sont similaires à celles de 2020, les participants sont moins nombreux à déclarer que leur tentative est sérieuse (75 % étant sérieux en 2021, comparativement à 90 % en 2020). Cela ne témoigne peut-être pas d'un changement d'attitude chez les vapoteurs individuels, mais plutôt de l'attrition des utilisateurs qui ont réussi à arrêter, laissant derrière eux un groupe moins sérieux. Les gommes ou pastilles à la nicotine restent le type d'aide au renoncement le plus couramment utilisé par ceux qui essaient activement d'arrêter de vapoter.

Usage du tabac chez les utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants

- Comme c'était le cas en 2020, le double usage continue d'être associé à un usage moins fréquent du tabac (44 % tous les jours, comparativement à 66 % chez les personnes qui fument seulement) et à un nombre quotidien de cigarettes fumées inférieur à celui des personnes qui fument, mais ne vapotent plus (moyenne de 8 par jour, au lieu de 10). Les utilisateurs mixtes restent les plus susceptibles de se considérer à la fois comme des vapoteurs et des fumeurs (48 %) plutôt que principalement comme des vapoteurs (30 %) ou principalement comme des fumeurs (17 %).

- Comparativement aux utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants tendent à être des fumeurs occasionnels (75 % fument occasionnellement et seulement 25 % fument quotidiennement) et déclarent fumer un nombre relativement plus faible de cigarettes quotidiennement (moyenne de 7 par jour). Le stress est la principale raison pour laquelle ces fumeurs disent avoir recommencé à fumer.
- Les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé sont ceux qui étaient des utilisateurs mixtes lors de la vague précédente de l'étude et qui le sont toujours en 2021. Interrogés sur les raisons pour lesquelles ils continuent à vapoter en plus de fumer, ces utilisateurs répondent le plus souvent que c'est par habitude (37 %) ou parce qu'ils aiment la sensation de fumer que le vapotage ne peut offrir (32 %). Cette deuxième raison est plus répandue qu'en 2020 ; comme pour de nombreux autres changements notés dans l'étude, il peut s'agir d'une question d'attrition des ex-fumeurs, plutôt que de changements individuels, c'est-à-dire que ceux qui sont toujours des utilisateurs mixtes après deux vagues de l'étude sont plus susceptibles de vivre une expérience avec le tabac que le vapotage ne peut tout simplement pas reproduire.
- Vapoter dans des situations où il n'est pas possible de fumer reste courant chez les utilisateurs mixtes ; près de la moitié (46 %) déclare le faire au moins deux fois par jour. Toutefois, la fréquence déclarée de ce comportement a diminué depuis 2020 (56 % en 2020). On peut avancer l'hypothèse que les fumeurs sont plus souvent à la maison en raison de la pandémie, et qu'ils rencontrent donc moins de situations où remplacer une cigarette par le vapotage devient nécessaire.

Le vapotage comme moyen de renoncer au tabac

- Le recours au vapotage pour réduire la consommation de tabac ou arrêter de fumer reste un thème commun chez les vapoteurs réguliers. Comme par le passé, la plupart des utilisateurs mixtes déclarent que leur principale raison de vapoter est de réduire ou de renoncer complètement à la consommation de cigarettes (69 % en 2021, comparativement à 66 % en 2020 et 69 % en 2019). Malgré leur recours au vapotage à cette fin, les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé déclarent continuer à fumer par habitude et parce que le vapotage n'offre pas la même sensation.
- De plus, les vapoteurs réguliers qui ont réussi à arrêter de fumer (et qui sont donc aussi d'anciens fumeurs) déclarent qu'ils continuent de vapoter comme alternative au tabac (71 %) et parce que cela les aide à prévenir toute rechute (51 %). En effet, les répondants de ce groupe sont moins nombreux qu'auparavant à évoquer des raisons liées au plaisir et au divertissement.
- La moitié des utilisateurs mixtes (51 %) manifestent leur intention d'arrêter de fumer, le plus souvent dans un délai de six mois (26 %). Il s'agit d'un décalage dans le temps par rapport à 2020 et 2019, un plus grand nombre de participants envisageant d'arrêter de fumer dans les six prochains mois. Cela peut constituer un nombre important de fumeurs qui ont l'intention d'arrêter de fumer lorsque les inquiétudes liées à la pandémie s'apaiseront.
- Les utilisateurs mixtes qui ont l'intention d'arrêter de fumer restent les plus susceptibles de dire que les produits de vapotage avec nicotine sont le moyen qu'ils utiliseront à cette fin (70 % en 2021 et en 2020). Ces répondants sont moins nombreux à envisager de recourir à des produits de vapotage sans nicotine (61 % en 2021, une baisse par rapport à 69 % en 2020) ou à des timbres à la nicotine (44 %, une baisse par rapport à 59 % en 2020), et ils sont plus nombreux à envisager de recourir à des options médicamenteuses comme Zyban et Champix (50 %, une hausse par rapport à 38 % en 2020).
- Comme par le passé, relativement peu de ces utilisateurs mixtes qui envisagent d'arrêter de fumer ont recouru à des outils ou des moyens pour accroître leurs chances. Moins de quatre répondants sur dix (36 %) ont sollicité des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer, le plus souvent auprès de l'ensemble des professionnels de la santé (25 % ont demandé conseil à un médecin, un pharmacien, une infirmière ou un dentiste), les amis étant la principale source individuelle de conseils (16 %). Cela révèle que, bien qu'ils estiment les recommandations de nature médicale, certains utilisateurs mixtes préfèrent s'adresser à une personne de leur entourage ayant une expérience vécue de l'arrêt du tabac. De surcroît, seulement un tiers

(32 %) de ces utilisateurs mixtes qui souhaitent arrêter de fumer disposent d'un plan spécifique déterminant les moments où vapoter et fumer.

Renoncement réussi au vapotage

- Parmi tous les participants à l'étude en 2021, 15 % ont arrêté de vapoter depuis 2020 (ou 2019, pour ceux qui n'ont pas participé en 2020). Ces nouveaux non-vapoteurs comprennent des fumeurs et des non-fumeurs. Les répondants ayant récemment renoncé au vapotage continuent de citer les effets du vapotage sur la santé comme principale raison de leur décision (25 %), tandis que beaucoup moins de répondants qu'en 2020 lient leur décision à la couverture médiatique négative du vapotage (1 %, au lieu de 20 % en 2020). Trois répondants sur dix (30 %) ont obtenu de l'information pour les aider à arrêter, le plus souvent auprès d'un professionnel de la santé, une proportion similaire à celle des répondants de ce même groupe en 2019-2020.
- En ce qui concerne les stratégies utilisées pour arrêter de vapoter, moins de répondants qu'auparavant disent avoir réduit leur fréquence de vapotage (44 % des anciens fumeurs en 2021, au lieu de 59 % qui ont arrêté entre 2019 et 2020). Si la saveur de tabac est la plus populaire chez les vapoteurs réguliers, elle est moins souvent citée par les anciens vapoteurs comme saveur privilégiée pour cesser de vapoter (22 %). Les saveurs de fruits (27 %), de café ou de thé (27 %) et de menthe ou de menthol (24 %) sont les plus souvent citées comme des saveurs favorisant particulièrement le renoncement au vapotage.
- Interrogés sur les moyens spécifiques qui les ont aidés à arrêter de vapoter, environ la moitié des répondants ayant récemment abandonné le vapotage (48 %) déclarent n'avoir rien utilisé du tout. Par rapport à 2020, des proportions plus élevées de répondants ayant renoncé au vapotage ont recouru aux gommes ou aux pastilles à la nicotine (17 %, comparativement 12 % en 2020) et au counseling (17 %, comparativement 10 % en 2020). Cela peut témoigner d'un niveau d'effort plus marqué chez ceux qui y ont renoncé plus récemment. En effet, une proportion plus élevée de répondants ayant renoncé au vapotage en 2021 y sont parvenus après trois tentatives ou plus (26 %), comparativement à 2020 (14 %). Néanmoins, la plupart des répondants qui ont renoncé au vapotage depuis 2020 disent qu'ils y sont parvenus sans difficulté (64 %).

Pour les répondants qui ont arrêté de vapoter, la fin des envies ou le fait de ne plus penser à vapoter est le signe de réussite le plus courant (38 %).

Constatations du volet qualitatif

Transitions : La recherche qualitative avait pour but d'explorer plus en profondeur quatre transitions possibles dans les habitudes de vapotage et d'usage du tabac que les participants avaient vécues au cours de l'année antérieure.

Les deux principales transitions vécues par les participants concernaient les tentatives et démarches pour **arrêter de fumer** (n = 23) et les tentatives et démarches pour **arrêter de vapoter** (n = 19).

- Les préoccupations en matière de santé ont joué un rôle prépondérant dans les deux cas. Il s'agissait rarement d'un problème de santé récent pour les intéressés ou leurs proches, mais plutôt d'une prise de conscience croissante des effets négatifs sur la santé qu'ils subissaient et d'un désir de jouir d'une meilleure qualité de vie (plus saine). À des fins de comparaison, les répondants qui ont essayé d'arrêter de fumer ont plus souvent évoqué des effets physiques négatifs précis (p. ex., difficulté à respirer pendant une activité physique), tandis que ceux qui ont essayé d'arrêter de vapoter ont surtout dit savoir que le vapotage n'est pas bon pour la santé. De même, les avantages de telles démarches de renoncement semblaient plus perceptibles pour ceux qui essayaient d'arrêter de fumer que de vapoter.
- Notamment, la démarche de renoncement, en particulier pour arrêter de fumer, est apparue très variable, les individus essayant de multiples méthodes avant de trouver celle qui leur apporterait le succès. Pour les répondants qui ont essayé d'arrêter de fumer, le vapotage n'était qu'un des outils possibles ; pour certains, cela a fait une énorme différence, tandis que d'autres s'inquiétaient d'avoir simplement remplacé une mauvaise habitude par une autre. Une première étape commune aux répondants qui essayaient d'arrêter ou

de réduire leurs habitudes de vapotage était la réduction de la teneur en nicotine. Sinon, les techniques évoquées étaient similaires à celles des répondants essayant d'arrêter de fumer, notamment l'arrêt brutal, la substitution par d'autres activités ou l'évitement de la tentation (p. ex., activités sociales).

- La volonté personnelle était un élément fréquemment soulevé, considéré comme essentiel à la réussite ou à la capacité de renoncer à ces habitudes, tandis que le manque de volonté était souvent cité comme la raison principale des rechutes, tant pour le tabac que pour le vapotage. Le renoncement au tabac ou au vapotage semble être une activité assez solitaire, et rares sont ceux qui ont déclaré avoir sollicité le soutien d'autres personnes (famille, amis, professionnels de la santé) dans le cadre de leur démarche. Pourtant, une des principales recommandations que les participants ont dit faire à d'autres personnes désireuses d'arrêter de fumer ou de vapoter était de faire appel à des soutiens extérieurs, plutôt que d'essayer d'y arriver par leurs propres moyens.

Un petit nombre de répondants avaient *commencé ou recommencé à fumer* (n = 7). Ceux-ci ont décrit divers éléments déclencheurs ou circonstances qui y ont conduit, notamment la tentation issue de pairs dans des contextes sociaux, l'accès facile aux cigarettes de membres de la famille et le stress ou l'anxiété.

Parmi les répondants qui avaient **recommencé à vapoter** (n = 3), deux l'ont fait pour réduire leur consommation de cigarettes et un l'a fait sur la recommandation d'un professionnel de la santé pour traiter un problème de santé non spécifié.

Comparaisons entre l'usage du tabac et le vapotage : les participants qui étaient des fumeurs actuels ou d'anciens fumeurs ont également été invités à comparer leurs expériences en matière de vapotage et d'usage du tabac.

Parmi ceux qui fument actuellement ou qui ont fumé par le passé, **l'usage du tabac** suscitait des sentiments contradictoires. D'une part, les cigarettes procuraient un soulagement du stress et un réconfort indiscutable, certains décrivant une réaction physique à la nicotine plus intense et d'une plus longue durée que dans le cas du vapotage. Parallèlement, ils éprouvaient souvent un sentiment de culpabilité en raison d'une conscience aiguë des conséquences négatives sur leur santé et d'expériences personnelles impliquant des effets secondaires tels que la toux, l'essoufflement et un sentiment de détresse.

Le **vapotage** était généralement décrit comme un substitut adéquat, mais imparfait, à la cigarette. Bien que le vapotage puisse procurer des sensations de détente et satisfaire un besoin de nicotine, il est perçu comme étant moins satisfaisant physiquement et émotionnellement que la cigarette. Il était clairement perçu comme une alternative plus saine à l'usage du tabac, tout en étant socialement plus acceptable, de sorte qu'il était souvent préféré pendant la journée, à l'intérieur et dans tout autre contexte où fumer n'est pas considéré comme approprié. Pour ces raisons, vapoter pourrait être qualifié de « choix rationnel » par opposition au choix plus « émotionnel » ou au plaisir coupable de fumer.

Malgré cette perception généralement positive du vapotage comme une option plus saine et dénuée d'une certaine culpabilité, des inquiétudes ont été exprimées quant aux effets à long terme qui en découlent, en raison de la teneur en nicotine de certains produits, et de la crainte de remplacer une mauvaise habitude (le tabac) par une autre (le vapotage).

Saveurs de vapotage. Le rôle des saveurs de vapotage n'a pas fait l'objet d'un consensus. Presque tous les participants ont utilisé des liquides de vapotage aromatisés, les saveurs de fruits étant les plus populaires, suivies de la menthe et de la vanille. Pour certains, ce sont les saveurs qui les ont rendus plus disposés à accepter le compromis en matière de satisfaction émotionnelle et physique par rapport à l'usage du tabac. Il a été reconnu que si les saveurs rendaient le vapotage agréable en tant que moyen d'arrêter de fumer, elles pouvaient également compliquer le renoncement ultérieur au vapotage. Cependant, peu de répondants

estimaient que la disponibilité ou l'indisponibilité de certains saveurs aurait une incidence sur leur décision personnelle de vapoter ou non. L'exception était ceux qui utilisaient exclusivement des liquides de vapotage à saveur de tabac, lesquels étaient plus susceptibles d'envisager de recommencer à fumer si cette saveur n'était plus disponible.

Impact de la pandémie. La pandémie de COVID-19 a exercé des effets variables sur les habitudes de vapotage et d'usage du tabac des participants. Pour certains participants, elle a facilité l'arrêt ou la diminution des habitudes de vapotage ou d'usage du tabac, souvent parce que les routines y étant associées avaient changé ou qu'ils ne se trouvaient plus dans des circonstances sociales favorisant l'usage de tels produits. D'autres ont vécu l'effet inverse, à savoir que la pandémie a occasionné une intensification des leurs habitudes de vapotage ou d'usage du tabac, soit en raison du stress y étant associé, soit parce qu'ils avaient davantage l'occasion de fumer ou de vapoter à la maison.

Déclaration de neutralité politique et coordonnées

Par la présente, je certifie, en tant que cadre supérieur d'Environics, que les produits livrables sont entièrement conformes aux exigences du gouvernement du Canada en matière de neutralité politique, comme elles sont définies dans la Politique de communication du gouvernement du Canada et dans la Procédure de planification et d'attribution de marchés de services de recherche sur l'opinion publique. Plus particulièrement, les produits livrables ne font aucune mention des intentions de vote électoral, des préférences quant aux partis politiques, des positions des partis ou de l'évaluation de la performance d'un parti politique ou de son chef.



Sarah Robertson
Vice-présidente, Affaires générales et publiques
sarah.roberson@environics.ca
613 699-6884

Nom du fournisseur : Environics Research Group

Numéro de contrat avec SPAC : HT372-204361/001/CY

Date du contrat original : 2021-02-03

Pour plus d'informations, veuillez contacter le ministère à l'adresse : hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca