



# Ensemble, on D-Tox

## Les « vapoteuses », ce qu'il faut savoir !

Depuis les dernières années, nous observons une popularité grandissante pour le vapotage. C'est maintenant une réalité qui touche nos jeunes et qui s'est installée dans les milieux scolaires. La cigarette électronique/vapoteuse est accessible en plusieurs modèles et grosseurs. Certaines sont plus faciles à dissimuler, prenons pour exemple la JUUL qui ressemble à une clé USB.



### Vrai ou faux ? »

**La cigarette électronique n'est pas dangereuse, c'est seulement de la vapeur d'eau.**

**FAUX :** La cigarette électronique ne produit pas une simple « vapeur d'eau ». Elle comporte de la glycérine végétale, propylène glycol, saveurs et, parfois, de la nicotine liquide. Par contre, pour ce qui est des saveurs, c'est une composition de différents ingrédients. Nous ne connaissons pas leurs effets lorsqu'ils sont inhalés de manière régulière et sur une longue période. Peu d'études révèlent les dangers de la cigarette électronique, mais nous savons qu'elle peut créer une irritation des voies respiratoires. Même si les vapoteuses sont possiblement moins nocives que les cigarettes combustibles, elle normalise « l'acte de fumer » chez les jeunes.

**L'étiquetage des e-liquides est parfois trompeur.**

**VRAI.** Une enquête menée par JE et diffusée en février 2016 a révélé que les doses de nicotine affichées sur les dix bouteilles analysées étaient dans la quasi-totalité des cas inexactes. Une des fioles achetées contenait même 30 % plus de nicotine que ce qui était indiqué sur l'étiquette ! Ce produit pourrait donc augmenter la dépendance à la nicotine.

**Il y a des dangers à créer son liquide soi-même.**

**VRAI :** Nous ne connaissons pas encore tous les produits contenus dans les "juices", ni les interactions que ceux-ci peuvent avoir entre eux. Il est donc très dangereux de créer ces liquides soi-même. D'autant plus que la nicotine liquide est un poison lorsqu'elle est avalée ou absorbée par la peau.

### « Vous désirez en savoir davantage ? »

Nous vous invitons à en discuter avec vos enfants. Si vous désirez de plus amples informations, vous pouvez vous référer aux sites Internet suivants :

❖ <http://info-tabac.ca/les-nombreux-enjeux-de-la-cigarette-electronique/>  
<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac/vapotage.html> Références :  
Québec Sans Tabac : <https://quebecsansstabac.ca>

**Ensemble, on D-Tox**

**Caroline Morin, Intervenante préventionniste Écoles secondaires de la MRC Montmagny/L'Islet et  
Cynthia Bilodeau, Action Jeunesse Côte-Sud**

Courriel : [moric607@cscotesud.qc.ca](mailto:moric607@cscotesud.qc.ca)

