

CIGARETTES ELECTRONIQUES, UNE PRATIQUE A RISQUE ?

La cigarette électronique voit son usage se développer auprès d'un large public, jeune et moins jeune, depuis quelques années.

Dans quelle mesure est-elle moins dangereuse que la cigarette traditionnelle ?

Ses vapeurs chargées de substances sont-elles nocives ?

Quels sont les dangers des matériaux qui la composent ?

Que sait-on à ce jour de leurs risques pour la santé et pour l'environnement ?

Quels risques pour nos enfants ?

On fait le point.

► **La cigarette électronique, de quoi s'agit-il ?**

Les cigarettes électroniques sont des dispositifs comportant une batterie qui permet le chauffage d'un liquide, appelé e-liquide, qui est alors vaporisé et inhalé par l'utilisateur.

Des dispositifs variés sont proposés, à usage unique comme la puff ou rechargeables avec des e-liquides, soit sous forme de cartouches pré-remplies soit avec des liquides en vrac, et avec la présence ou non de nicotine, à des concentrations variables.

Ces appareils simulent l'utilisation d'une cigarette et maintiennent la gestuelle du fait de fumer et la dépendance comportementale associée à la dépendance à la nicotine.

Ils constituent également un obstacle au processus de "dénormalisation" qui vise à supprimer la cigarette et la consommation de nicotine comme une norme de la société.

Malgré la réduction des risques de la consommation des cigarettes électroniques par rapport à la consommation de cigarettes de tabac, ce dispositif ne doit pas être considéré comme un bien de consommation anodin. **La cigarette électronique est un dispositif de consommation d'une drogue particulièrement addictive, la nicotine.**

Par ailleurs, des études récentes ont montré que de nombreuses substances présentes dans les aérosols des cigarettes électroniques ne sont à ce jour pas identifiées, laissant subsister une part d'inconnue dans ce nouveau mode de consommation de la nicotine.

► La fréquence de l'usage de la cigarette électronique

En 2022, 41,2 % des 18-75 ans déclarent avoir déjà expérimenté la cigarette électronique et 5,5% des Français utilisent quotidiennement une cigarette électronique, une tendance à la hausse depuis 2016 (2,5% de vapoteurs quotidiens en 2016)¹.

Selon un baromètre de l'Institut national du cancer², 48 % d'entre eux font usage de cigarette électronique dans le but d'arrêter de fumer.

L'augmentation de l'usage de la cigarette électronique est forte chez les jeunes de moins de 17 ans. L'enquête ESCAPAD 2022 de l'Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives³ relève qu'entre 2017 et 2022, l'expérimentation est passée de 52,4 % à 57 % et que l'usage quotidien a triplé, progressant de 2 % à 6 %.

► Les risques, ce que l'on en sait actuellement

• Les risques sanitaires

Si les effets de la consommation à long terme demeurent à ce jour peu ou pas connus, les cigarettes électroniques apparaissent moins nocives que les cigarettes de tabac sur le court terme. Mais ce risque vraisemblable reste à confirmer et à quantifier.

Par ailleurs, l'efficacité du recours à la cigarette électronique pour arrêter de fumer sur le long terme reste à conforter par des études scientifiques⁴, car elle est à ce jour non formelle bien que vraisemblable, avec une limite. En effet, les fumeurs qui arrêtent de fumer complètement avec les cigarettes électroniques semblent plus enclins à rechuter que ceux qui arrêtent avec les substituts nicotiques.

Outre, **la dépendance à la nicotine et l'inhalation de particules fines, de substances chimiques et d'agents aromatisants**, certains effets de l'usage répété des produits du vapotage sont observés concernant **les appareils respiratoire et cardio-vasculaire, des blessures physiques** dues à une mauvaise utilisation ou à des batteries défectueuses (brûlures aux lèvres, au visage et aux yeux) et **des ingestions accidentelles de e-liquide**, surtout par de jeunes enfants.

Des études montrent également que les risques du **vapotage passif** ne sont pas nuls. On a retrouvé de la nicotine dans l'air ambiant, le sang et les urines de personnes présentes à côté d'un vapoteur.

Ainsi, une étude en 2022 a montré une **augmentation du risque de toux et d'essoufflement** chez des adolescents et jeunes adultes exposés chez eux au vapotage passif avec nicotine.

De nombreux fumeurs se tournent vers la cigarette électronique pour réduire leur consommation de tabac sans arrêter complètement de fumer.

Malheureusement, une simple réduction du nombre de cigarettes journalières fumées ne conduit pas à une réduction des risques pour la santé du fumeur.

¹ <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2023/en-2022-la-france-compte-toujours-pres-de-12-millions-de-fumeurs-quotidiens>

² <https://www.e-cancer.fr/Presse/Dossiers-et-communiqués-de-presse/Attitudes-et-comportements-des-Français-face-au-cancer-4e-Baromètre-cancer>

³ <https://www.ofdt.fr/publications/collections/tendances/les-drogues-17-ans-analyse-de-lenquete-escapad-2022-tendances-155-mars-2022/>

⁴ HCSP- Avis relatif aux bénéfices-risques de la cigarette électronique-01/2022 - <https://www.hcsp.fr/Explore.cgi/AvisRapportsDomaine?clefr=1138>

L'info **TABAC** du MOIS

Aussi, **l'arrêt complet du tabac** dans un premier temps, **puis des cigarettes électroniques, doit donc être un objectif pour les fumeurs.**

- **Les risques environnementaux** ⁵

Les cigarettes électroniques sont également nocives pour l'environnement car elles génèrent des déchets polluants : plastique, batteries au lithium, circuits électroniques, etc.

Ces dispositifs, souvent jetés avec les ordures ménagères par manque d'information de leurs utilisateurs, se révèlent à la fois **difficiles à collecter** et pratiquement **impossibles à recycler**.

De plus, en décharge, ils présentent un **risque d'incendie** : plus de 700 incendies sont causés chaque année par l'élimination incorrecte d'appareils électriques contenant des batteries.

Leur production va également à l'encontre des enjeux de transition écologique, car elle repose sur des ressources naturelles rares et s'appuie sur des industries particulièrement polluantes.

- **Pourquoi est-il important de protéger les jeunes du vapotage ?**

Qualifiées de piège pour les enfants et les adolescents par l'Académie nationale de médecine⁶, les nouvelles cigarettes électroniques à usage unique (puff) apparaissent comme un **outil de prédation de l'industrie du tabac vis-à-vis des jeunes générations**, visant à capter de nouveaux consommateurs de nicotine et donc de tabac fumé.

En effet, **les jeunes sont plus sensibles aux effets de la nicotine et deviennent plus rapidement dépendants**. Les adolescents non-fumeurs qui vapotent des cigarettes électroniques sont deux à trois fois plus enclins à fumer des cigarettes de tabac traditionnelles que ceux qui n'ont jamais essayé la cigarette électronique⁷.

15 ans est l'âge de la première cigarette électronique !

- **L'accessibilité et la facilité d'achat des cigarettes électroniques**

L'accessibilité et la facilité de se les procurer sont des facteurs de risque, en dépit de l'interdiction de vente aux mineurs et d'un niveau de prix insuffisant.

En effet, selon l'étude du Comité national contre le tabagisme⁸, réalisée en 2023, **41% des buralistes acceptent de vendre une cigarette électronique jetable à un mineur de 17 ans** et seulement 16% d'entre eux demandent la carte d'identité ; quant aux magasins de vapotage, ils sont 28% à en vendre et 18% à demander la carte d'identité.

De plus, aucun contrôle pour un achat de puff n'a été effectué les douze derniers mois chez les buralistes pour 86% des jeunes (80% dans les magasins spécialisés et 93% dans les magasins non spécialisés).

⁵ <https://www.senat.fr/rap/l23-304/l23-3044.html> et <https://www.generationsanstabac.org/actualites/le-desastre-environnemental-des-cigarettes-electroniques-jetables/>

⁶ Communiqué de l'Académie nationale de médecine, La « Puff », nouvelle cigarette électronique jetable : un piège pour les enfants et les adolescents, 28 février 2023. <https://www.academie-medecine.fr/la-puff-nouvelle-cigarette-electronique-jetable-un-piege-pour-les-enfants-et-les-adolescents/>

⁷ <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2666219>

⁸ <https://cnct.fr/communiqués/le-tabac-et-le-vapotage-tres-accessibles-pour-les-mineurs-chez-les-buralistes/>

L'info **TABAC** du MOIS

A juste titre, **67% des jeunes considèrent que l'interdiction de vente aux mineurs n'est pas respectée** pour les produits du vapotage.

Par ailleurs, nombre de produits non conformes sont vendus et achetés sur les réseaux sociaux ou les sites de e-commerce étrangers, ne respectant pas les formats des réservoirs ou le taux de nicotine dans les liquides de vapotage, qui doit être inférieur à 20mg/ml dans l'Union Européenne.

A la reprise du marché de la cigarette électronique par **l'industrie du tabac**, cette dernière **continue sa recherche de nouveaux clients en proposant de nouveaux produits**, souvent fortement dosés en nicotine et facilement accessibles, **qui ciblent particulièrement les mineurs**, via les réseaux sociaux et qui contournent les réglementations en vigueur (sachet de nicotine, bille de nicotine, snus, etc.)

► **La réglementation**

En conséquence, la réglementation en vigueur doit être calquée sur celle concernant les produits du tabac.

En France, la commission mixte paritaire a adopté définitivement le 21 mars 2024 **le texte de la proposition de loi interdisant la puff**, pour une application attendue d'ici septembre 2024. Le texte a été de notifié dès le 26 mars à la Commission européenne.

Cigarette électronique, appliquons le principe de précaution : stoppons son usage et protégeons nos jeunes !

Vous souhaitez arrêter de fumer !

Faites-vous aider par un professionnel de santé de Joinville :

- *Permanence locale Consultations jeunes consommateurs (CJC), aide aux jeunes et à leur entourage : [03 25 56 25 90](tel:0325562590)*
- *CSAPA – Permanence de Joinville, accompagnement par une infirmière en tabacologie et/ou un addictologue : [03 25 56 25 90](tel:0325562590)*
- *Liste des professionnels de santé de la ville de Joinville, [cliquez ici](#)*

Et consultez **Tabac Info Service au 39 89** et sur **www.tabac-info-service.fr**

©Ville Libre Sans Tabac – Avril 2024