

# LE VAPOTAGE LE VAPOTAGE LE VAPOTAGE N'EST PAS SANS DANGER DANGER DANGER

## Les effets à long terme du vapotage sont encore inconnus

- Cela ne signifie pas que les cigarettes électroniques ne posent aucun risque.
- Certaines substances chimiques contenues dans les produits de vapotage peuvent mettre la santé en danger.<sup>1</sup>

## Le liquide à vapoter peut créer une dépendance

- Le liquide à vapoter contient de la nicotine, qui crée une grande dépendance.
- La nicotine a un puissant effet sur le cerveau et change la façon dont il se développe.
- Elle peut aussi nuire à la mémoire et à la concentration.<sup>1</sup>
- Même si le liquide à vapoter ne contient pas de nicotine, d'autres substances chimiques et des métaux lourds peuvent encore être inhalés.<sup>1</sup>
- Les jeunes qui vapotent sont plus susceptibles de commencer à fumer des cigarettes contenant du tabac.<sup>2</sup>

## Lorsque tu vapotes, ce N'EST PAS une bonne idée de partager

- Le partage d'objets qui entrent en contact avec la bouche, y compris les dispositifs de vapotage, peut augmenter le risque de contracter des virus ou des infections.<sup>3</sup>
- L'utilisation d'un embout jetable ne prévient pas nécessairement la transmission de maladies contagieuses.<sup>3</sup>

## Vis sans vapoter ni fumer

# TU PEUX

## Ce que tu peux faire quand quelqu'un te demande de vapoter<sup>4</sup>

- Utilise l'humour ou détourne la conversation.
- Dis que tu as un problème de santé, comme de l'asthme, ou dis que tu veux rester en santé.
- Dis-lui que les vrais amis n'utilisent pas la pression comme tactique.
- Suggère une activité différente et saine qui n'inclut pas le vapotage ou d'autres substances comme la nicotine, le cannabis, etc. Il peut s'agir d'un sport, d'un jeu ou de quelque chose que vous aimez faire.
- Retire-toi de la situation.

# LA LOI

## La loi<sup>5</sup>

La Loi favorisant un Ontario sans fumée interdit la vente et la fourniture de cigarettes électroniques à toute personne âgée de moins de 19 ans.<sup>5</sup>

L'usage de produits de vapotage (y compris tenir un dispositif de vapotage activé) est interdit dans les endroits suivants (ou dans les aires publiques situées à moins de 20 mètres d'eux)<sup>6</sup> :

- Écoles
- Terrains de jeu pour enfants
- Terrains de sport publics et aires réservées aux spectateurs
- Lieux publics et de travail clos, y compris les véhicules de travail

Il est également illégal de vapoter dans un véhicule automobile où se trouve toute personne de moins de 16 ans.

Vapoter dans un endroit interdit peut exposer à de lourdes amendes.

Afin de pouvoir être vendu au Canada, un produit de vapotage doit répondre à certaines normes.<sup>7</sup> Les produits de vapotage et les liquides à vapoter provenant de sources réglementées ne devraient pas être modifiés, et on ne devrait pas y ajouter des substances. Obtenir des produits de vapotage de sources non réglementées peut présenter d'autres risques pour la santé et la sécurité.<sup>8</sup>

**Si toi ou un ami avez besoin d'aide ou de soutien concernant le vapotage, discute avec un parent ou un tuteur, un adulte de confiance ou sollicite l'aide d'un des services suivants :**

- Infirmière praticienne, infirmier praticien ou médecin de famille.
- Clinique de renoncement au tabac de Santé publique Sudbury et districts au 705.522.9200, poste 3433 ou, par téléphone sans frais, au 1.866.522.9200, poste 3433.
- Jeunesse, J'écoute au téléphone au 1.800.668.6868 ou en textant PARLER au 686868.
- Allo j'écoute au 1.866.925.5454 si tu étudies au niveau postsecondaire en Ontario.

## Références

<sup>1</sup> Gouvernement du Canada (2018). Les risques du vapotage. Repéré à la page : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac/vapotage/risques.html>.

<sup>2</sup> Centers for Disease Control and Prevention (2022). Quick Facts on the Risks of E-cigarettes for Kids, Teens, and Young Adults. Repéré à la page : [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html) (seulement en anglais).

<sup>3</sup> Agence de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario), Hui-Chih Wu J. Résumé de preuves évidentes : Retombées sur les maladies transmissibles du partage des cigarettes électroniques avec embouts buccaux. Toronto ON : Imprimeur de la Reine pour l'Ontario; 2014.

<sup>4</sup> Gendarmerie royale du Canada (2018). Drogues illégales. Repéré à la page : <https://www.rcmp-grc.gc.ca/cycc-cpcj/dr-al/illd-dill-fra.htm>.

<sup>5</sup> Gouvernement de l'Ontario (2017). Loi de 2017 favorisant un Ontario sans fumée. Repéré à la page : <https://www.ontario.ca/fr/lois/loi/17s26>.

<sup>6</sup> Ministère de la Santé de l'Ontario (2021). Les endroits où vous ne pouvez pas fumer ou vapoter en Ontario. Repéré à la page : <https://www.ontario.ca/fr/page/les-endroits-ou-vous-ne-pouvez-pas-fumer-ou-vapoter-en-ontario>.

<sup>7</sup> Gouvernement du Canada (2022). Réglementation des produits de vapotage. Repéré à la page : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac/vapotage/securete-reglementation-produits.html>.

<sup>8</sup> Gouvernement du Canada (2022). Maladie pulmonaire associée au vapotage. Repéré à la page : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-pulmonaire-vapotage.html>.