

# Le vapotage: vers une nouvelle génération de dépendants?

**TABAGISME** Grâce à son design moderne, son bas prix et son marketing efficace, la vaporette n'a jamais été autant attrayante pour le jeune public. Non sans risques!

PAR ESTELLE.BAUR@LENOUVELLISTE.CH / PHOTOS LE NOUVELLISTE

Alors que les vaporettes sont destinées aux fumeurs, pour les aider à arrêter leur consommation de cigarettes, de plus en plus de jeunes sont tentés de vapoter. «Contrairement au tabac à chauffer (comme l'IQOS), la vaporette ne contient pas de tabac», explique Luciano Ruggia, directeur de l'Association suisse de prévention du tabagisme. «Elle vaporise un liquide au moyen d'une résistance chauffante.»

Certains de ces dispositifs utilisent des liquides avec ou sans nicotine, et d'autres, de dernière génération, contiennent le plus souvent des sels de nicotine. «Ces derniers, moins irritants, permettent des concentrations plus élevées de nicotine, mais devraient être réservés aux personnes qui présentent des forts besoins de fumer», affirme la Dreffe Arlette Closuit, spécialiste en tabacologie. «Tandis que la vaporette avec nicotine «classique» devrait être utilisée pour améliorer le confort du sevrage tabagique sur la journée.» Or, l'arrivée sur le marché des petites vapoteuses avec sels de nicotine (les pods) s'est avérée particulièrement attrayante pour la jeune génération qui banalise souvent ces produits, pourtant à fort risque d'addiction.

## La publicité est orientée vers les jeunes

«Avec la cigarette électronique, tout est fait pour attirer les jeunes consommateurs», explique Luciano Ruggia. «Cela va de la bouteille aux gadgets dont l'apparence rappelle les outils numériques auxquels nous sommes confrontés tous les jours.» Ce nouveau design est très éloigné de la cigarette traditionnelle. «La gestuelle liée au vapotage est ainsi assez souvent différente de celle associée à la cigarette», explique la Dreffe Closuit. Les arômes proposés par cette gamme de produits – tels que mangue, crème brûlée ou barbe à papa – n'ont plus rien à voir avec celui, âcre, du tabac.

De manière décomplexée et presque ostentatoire, la publicité s'adresse avant tout aux jeunes. Ces produits se glissent dans la poche, se confondent avec les clés usb de la trousse d'école, arborent des noms aux résonances informatiques (Logic, JUUL, etc.) Le battage marketing, très présent sur les réseaux sociaux, annonce lui aussi la couleur: vapoter rendrait cool et dynamique. Et ça marche: selon Addiction Suisse, un tiers des 15-24 ans a déjà essayé la ciga-



\*Selon une étude réalisée en Suisse romande (en 2014) par l'Observatoire des stratégies marketing pour les produits du tabac.



“Avec les nouveaux produits comme la vaporette, tout est mis en œuvre pour faire croire au jeune consommateur qu'il n'est pas en train de consommer de la nicotine.”

LUCIANO RUGGIA  
DIRECTEUR DE L'ASSOCIATION SUISSE  
DE PRÉVENTION DU TABAGISME

rette électronique. Sous couvert de préserver la santé, celle-ci, parce qu'elle contient de la nicotine, engendre au contraire une rapide accoutumance et pourrait, en fait, servir de tremplin vers une consommation de tabac traditionnel.

## Le canton du Valais interdit la vente de vaporettes aux mineurs

Des millions de fumeurs dans le monde disent avoir pu arrêter de fumer grâce à la vape. Mais, alors que la vente de nicotine dans les liquides de vapotage a été autorisée en Suisse depuis mai 2018, le risque que les enfants y soient exposés et que l'on assiste à une nouvelle génération de nicotino-dépendants existe. Le canton du Valais a donc adopté une législation interdisant, dès le 1er janvier 2019, la vente de vaporettes aux mineurs. «En l'absence de combustion, les risques du vapotage sur la santé sont très inférieurs à ceux de la ciga-

rette traditionnelle, mais des incertitudes existent, surtout sur le long terme. De plus, la nicotine nuit au développement cérébral des jeunes», explique Arlette Closuit. Finalement, vapoter peut favoriser l'initiation au tabac. La prudence reste donc de mise, ce d'autant plus que, dans les kiosques, la diversité des produits proposés (tabac à chauffer, à sucer, à priser, vaporettes pods et cigarettes) potentialise l'attractivité et le risque d'entrer en dépendance.

## Le tabac cause 9500 décès annuels en Suisse

«De plus, lorsqu'on utilise simultanément plusieurs produits issus du tabac (c'est le cas de beaucoup de jeunes), on accumule les effets délétères de chacun d'eux», précise Luciano Ruggia. «La consommation s'avère alors beaucoup plus complexe que la toxicité théorique du produit.» Une raison de plus – s'il en faut – pour éviter des portes d'entrée dans l'addiction au tabac qui, selon Luciano Ruggia, «demeure aujourd'hui la cause d'environ 9500 décès et de 400 000 cas de maladies pulmonaires chroniques annuels en Suisse.» Des messages qui seront relayés durant la Journée mondiale sans tabac de ce 31 mai qui aura pour thème principal: «Protéger les jeunes contre les manipulations de l'industrie et les empêcher de consommer du tabac et de la nicotine.»

Stopsmoking.ch offre des conseils pour mieux gérer sa consommation.

Des conseillers professionnels sont à votre disposition auprès de la ligne «stop-tabac» au 0848 000 181, tous les jours de 11 h à 19 h.

Le CIPRET propose également du coaching pour les femmes enceintes: [promotionsantevalais.ch/fr/cipret-valais-667.html](http://promotionsantevalais.ch/fr/cipret-valais-667.html)

## TENDANCE

### Pourquoi les jeunes commencent-ils à fumer?

Le besoin d'expérimentations, la prise de risques et la pression du groupe, d'une part, mais aussi la prédisposition du cerveau adolescent à devenir plus facilement dépendant. On observe souvent un phénomène d'imitation, qu'il s'agisse des pairs ou des habitudes familiales. Les enfants dont un parent fume présentent ainsi un risque trois à quatre fois plus élevé de fumer à leur tour. En

Suisse, le prix des produits les rend accessibles aux jeunes. Les limites légales d'achats semblent insuffisantes. «Ces mesures peuvent d'ailleurs être contournées facilement (en faisant intervenir un ami majeur)», affirme Luciano Ruggia. La Dreffe Closuit renchérit: «La législation suisse s'avère laxiste, parce qu'elle laisse les jeunes exposés à la publicité des produits du tabac.»

## SANTÉ: L'OMBUDSMAN VOUS INFORME

### DITES-NOUS...

LUDIVINE DÉTIENNE  
RESPONSABLE DE L'OMBUDSMAN



### Suis-je libre de choisir un hôpital ou un médecin?

Vous pouvez vous adresser au professionnel de la santé et à l'institution sanitaire votre choix. Soyez toutefois attentif aux limitations éventuelles et à la question financière en fonction de votre modèle d'assurance. Pour les traitements hospitaliers hors canton, votre choix peut aussi être limité par la prise en charge des coûts par l'assurance maladie de base. Pensez à vous renseigner auprès de votre assureur avant le début du traitement! De plus, le professionnel de la santé peut limiter votre choix en décidant de vous adresser à un autre médecin, s'il n'a pas de disponibilité, par exemple. Pour les hôpitaux et les EMS, vous avez le droit de choisir librement votre institution et d'y être admis si un lit est disponible et si les équipements permettent de vous traiter correctement. En cas d'urgence, vous pouvez entrer dans n'importe quel hôpital reconnu d'utilité publique en Suisse. Ombudsman de la santé et des institutions sociales: [info@ombudsman-vs.ch](mailto:info@ombudsman-vs.ch) ou 027 321 27 17.

PARTENARIATS