

Les cigarettes électroniques

Qu'est-ce qu'une cigarette électronique ?

Les cigarettes électroniques sont vendues sous différents noms. Le plus courant est « cigarette électronique », mais d'autres appellations telles que vaporisateurs, vapoteuses, stylos à vape, mods et réservoirs sont aussi fréquentes. Plus précisément, il s'agit de ce que l'on appelle des « systèmes électroniques de distribution de nicotine » (ENDS), soit d'appareils permettant d'inhaler un aérosol. Ce dernier est produit en chauffant un liquide qui contient généralement de la glycérine, des arômes, de la nicotine et d'autres produits chimiques.

La majorité des cigarettes électroniques se composent

- d'un embout buccal
- d'un réservoir ou d'une cartouche d'e-liquide
- d'une batterie
- et d'un vaporisateur.

En bref

Les ENDS sont des produits hétérogènes. Ils ont en commun d'être composés d'un embout buccal, d'un réservoir pour l'e-liquide, d'une batterie ainsi que d'un vaporisateur. Ce dernier détermine la puissance, la quantité d'aérosol et la teneur en nicotine.

Les ENDS sont faciles à acheter et simples à utiliser. Ils posent un problème de santé publique, notamment en raison de l'augmentation de leur consommation par les jeunes.

Quels sont les différents types de cigarettes électroniques ?

Il existe différents types de cigarettes électroniques, certains sont des systèmes ouverts (système tubulaire ou mod), d'autres des systèmes fermés (système jetable ou pod). « Puff Bar », qui existe depuis 2019, est une marque connue de cigarettes électroniques jetables. Il existe de nombreux produits similaires d'autres marques. Les jeunes aiment ces cigarettes électroniques jetables parce qu'elles sont bon marché et qu'il est facile de s'en débarrasser (voir [Puff Bar Infoblatt](#)).

Les dispositifs ENDS sur le marché actuel



Vaporisateurs
(Vaporettes)

Pourquoi la consommation de cigarettes électroniques est-elle préoccupante ?

De plus en plus de jeunes utilisent des cigarettes électroniques, principalement en raison des innombrables saveurs disponibles. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) avertit que les arômes de fruits ou les goûts de sucreries sont particulièrement attrayants pour les enfants et les adolescents et éveillent leur curiosité, ce qui a été confirmé par d'autres études.

Il existe des milliers de produits chimiques inconnus dans les e-cigarettes



Jusqu'en 2019, il existait plus de 15 000 saveurs différentes. En Suisse, ce n'est pas seulement la variété des arômes qui a augmenté, mais aussi la disponibilité des cigarettes électroniques dans les boutiques en ligne, les kiosques et les magasins spécialisés. Au final, cela accroît la probabilité que les jeunes commencent à fumer, l'utilisation de cigarettes électroniques conduisant souvent à la consommation de tabac.

Dans quelle mesure les cigarettes électroniques peuvent-elle aider au sevrage et limiter les effets nocifs du tabagisme?

De nombreuses personnes estiment que les cigarettes électroniques sont moins nocives que les cigarettes normales. La question de savoir si elles peuvent aider à arrêter de fumer et à réduire les effets nocifs du tabagisme fait donc l'objet d'un débat. Mais nous ne disposons pas encore

d'un nombre suffisant de données scientifiques pour pouvoir affirmer qu'elles sont vraiment efficaces pour aider les fumeurs à se sevrer.

Quels sont les risques que présentent les cigarettes électroniques pour la santé ?

Bien que toutes les substances nocives présentes dans les cigarettes normales ne se retrouvent pas dans les cigarettes électroniques, celles-ci peuvent néanmoins être nocives. Tout dépend du produit utilisé, de la température du vaporisateur et du bon entretien de l'appareil. Les cigarettes électroniques peuvent notamment contenir des substances toxiques comme de l'arsenic, de l'aluminium et du plomb, qui sont potentiellement nocives pour le système nerveux. D'autres études montrent qu'elles peuvent également contenir des produits chimiques qui endommagent les poumons. En 2021, des chercheurs de l'Université Johns Hopkins y ont même trouvé des milliers de produits chimiques inconnus, y compris industriels.

Quel est l'impact des cigarettes électroniques sur l'environnement ?

Les cigarettes électroniques contiennent des produits chimiques, des métaux et de la nicotine qui sont dangereux. Les jeter avec les déchets ménagers est donc problématique. Elles peuvent polluer notre air, notre eau et notre sol. En d'autres termes, les déchets des cigarettes électroniques sont spéciaux. Les cigarettes électroniques jetables, comme les puff bars, sont particulièrement problématiques pour l'environnement.



Les cigarettes électroniques jetables, comme les puff bars, sont particulièrement problématiques pour l'environnement.