QUID DU VAPOTAGE

Les produits du vapotage évoluent très rapidement. **Il existe plusieurs modèles de cigarettes électroniques** (des systèmes ouverts qui se rechargent avec un e-liquide, des systèmes fermés à dosettes et dispositifs jetables prêts à l'emploi (puffs). Ils sont disponibles partout (bureaux de tabac, enseignes de vapotage, supermarchés, Internet...). Certains produits se présentent sous des **formes discrètes** (clés USB, stylos, jouets prisés par les enfants ou encore surligneurs). La consommation des cigarettes électroniques est de ce fait plus **difficile à repérer chez les adolescents**, voire les enfants.

Les produits du vapotage sont proposés avec des **centaines de saveurs** fruitées, sucrées, rappelant des confiseries ou des desserts populaires. Les arômes facilitent **l'initiation qui se fait souvent très jeune**, au collège. Les produits du vapotage font l'objet de nombreuses offres promotionnelles.

Leur vente sur Internet et les réseaux sociaux n'est pas contrôlée et il est **très facile pour un mineur de s'en procurer.**

Chiffres Clefs

A 17 ans,

6,2% d'entre eux vapotent quotidiennement. **Un usage qui a triplé depuis 2017.**

56,9% ont déjà expérimenté la cigarette électronique. Une expérimentation supérieure à celle du tabac.

54% des vapoteurs de 17 ans sont **aussi fumeurs**.

Unaf
Unis pour les Familles

La consommation de tabac chez les adolescents est une préoccupation majeure pour les parents.

Sans nier leurs inquiétudes, ce guide a pour objectif de les aider à réagir pour accompagner leurs enfants face à une potentielle addiction aux nouveaux produits de la nicotine, notamment les cigarettes électroniques. Ce guide est construit autour de trois axes : **la prévention, le dialogue et l'orientation** vers des services spécialisés pour arrêter de fumer et de vapoter.

En tant que représentante officielle des familles auprès des pouvoirs publics et association de défense des consommateurs, l'Union nationale des associations familiales (Unaf) veille et agit pour que les parents soient bien informés et puissent faire des choix éclairés, pour eux-mêmes et pour leurs enfants.

www.unaf.fr

CNCT
COMITÉ NATIONAL CONTRE LE TABAGISME
Association reconnue d'utilité publique

L'objectif du Comité national contre le tabagisme (CNCT) est de **protéger les générations présentes et futures** des maladies provoquées par le tabac et les nouveaux produits de la nicotine. Notre vision est un monde libéré des méfaits causés par le tabac et son industrie et des drames humains qu'il entraîne.

Les missions du CNCT :

- Mener des actions de prévention, des projets expérimentaux et des recherches sur le tabac et les nouveaux produits à la nicotine.
- Faire avancer et respecter les réglementations en matière de prévention, en informant, sensibilisant sur les méfaits causés par le tabac et les agissements de son industrie, grâce à des actions de plaidoyer et de respect des interdits protecteurs.

NOUS CONTACTER
Mail : cnct@cnct.fr
www.cnct.fr

© Création **hawaii** communication - octobre 2024

Unaf
Unis pour les Familles

CNCT
COMITÉ NATIONAL CONTRE LE TABAGISME
Association reconnue d'utilité publique

CIGARETTES ÉLECTRONIQUES, PRODUITS DU VAPOTAGE

COMMENT PROTÉGER MON ENFANT ?

Guide parents

PRÉVENIR
DIALOGUER
ORIENTER

“J’ai peur qu’il commence...”

PRÉVENIR

QUELLES INFOS DONNER POUR LUI FAIRE COMPRENDRE LES RISQUES DU VAPOTAGE ?

Vous pouvez :

- L’informer sur la **dépendance à la nicotine et la difficulté d’en sortir.**
- Lui rappeler que la dépendance s’installe plus rapidement chez les adolescents et que les **conséquences de l’exposition du cerveau à la nicotine sont particulièrement préjudiciables** à un moment où la maturité cérébrale n’est pas atteinte. Cette maturité n’est pas achevée avant 25 ans.
- Les produits du vapotage sont relativement récents et bien qu’ils semblent moins nocifs que la cigarette traditionnelle, ils ne sont pas sans danger. L’ensemble **des effets sur la santé ne sont pas encore connus.** De plus, aucun produit de vapotage n’a été **validé en tant que produit de sevrage tabagique en France**.
- Lui expliquer que les jeunes sont une cible privilégiée des industriels du tabac et du vapotage à travers le marketing déployé sur les réseaux sociaux, le packaging, la diversité des arômes et les prix attractifs.

JE VAPOTE, **COMMENT ÉVITER DE LUI TRANSMETTRE CETTE HABITUDE ?**

Les enfants reproduisent l’exemple des parents : **évitez de vapoter devant eux.** Pour leur santé, ne vapotez jamais dans un espace clos (chez soi, dans la voiture, etc.).

Ne leur demandez jamais d’acheter vos dispositifs de vapotage ou recharges de e-liquides pour vous : la vente de produits du vapotage aux mineurs est strictement interdite, **qu’ils contiennent ou non de la nicotine**. De plus, cela participe à banaliser et à ritualiser la consommation.

“Il vapote déjà !”

DIALOGUER

COMMENT ABORDER LA QUESTIONAVEC MON ENFANT ?

Instaurer des **moments de discussion** lors desquels l’adolescent peut exprimer ses questions. Il est essentiel de lui donner la parole, de stimuler sa réflexion et de l’inciter à donner son avis sur la question.

JE SOUPÇONNE MON ENFANT DE VAPOTER : COMMENT RÉAGIR ?

- En évitant de réagir de façon excessive : **pas d’interrogatoire ou d’interdiction.**
- En dialoguant et **en écoutant son point de vue**. En lui demandant les raisons pour lesquelles il a commencé à vapoter et quel type de produit il consomme (dispositif jetable, contenant ou non de la nicotine...).
- En continuant à **l’informer sur les risques** de la dépendance à la nicotine, les risques méconnus de la consommation et l’importance d’arrêter le plus vite possible.

Vous pouvez aussi lui expliquer que la consommation de produits du vapotage, en particulier les puffs, est particulièrement nocive pour l’environnement en raison de son caractère jetable, non recyclable et des batteries qu’ils contiennent.

JE VAPOTE : **SUIS-JE CRÉDIBLE POUR LE METTRE EN GARDE ?**

Bien sûr. Rappelez-lui que vous-même vapotez parce que vous êtes dépendant et vous pensez que cela vous aidera à arrêter de fumer. Votre utilisation d’une cigarette électronique est temporaire avant l’arrêt complet de la consommation de nicotine.

“Je l’aide à arrêter de vapoter”

ORIENTER

TABAC INFO SERVICE

Accessible au **3989**, du lundi au samedi, de 8h à 20h (0,15 €/ min depuis un poste fixe). Il pourra y bénéficier des conseils gratuits d’un tabacologue.

www.tabac-info-service.fr

FIL SANTÉ JEUNES

Accessible depuis un fixe au **3224**, ou depuis un portable au **01 44 93 30 74** (coût d’une communication ordinaire), tous les jours, de 8h à minuit

www.filsantejeunes.com

GÉNÉRATION SANS TABAC

Animée par le CNCT depuis 2020. C’est la première plateforme francophone d’information et de décryptage sur le tabac, les nouveaux produits de la nicotine et son industrie.

www.generationsanstabac.org

Vente de produits de vapotage : que dit la loi ?

La vente de produits du tabac ou du vapotage est interdite aux mineurs de moins de 18 ans qu’ils contiennent ou non de la nicotine. Les vendeurs ont l’obligation légale :

- **d’apposer une affichette** pour rappeler l’interdiction de vente aux mineurs,
- **de demander une pièce d’identité** prouver l’âge de l’acheteur, et de refuser la vente si le client ne fournit pas la preuve de sa majorité.

Ils ont l’interdiction de vendre ou d’offrir, quel que soit le lieu de vente, des produits du vapotage à un mineur de moins de 18 ans. Cette interdiction de vente aux mineurs s’ajoute à celle de l’interdiction par les buralistes de vente de produits du tabac et d’ingrédients aux mineurs.