

Le vapotage

Parlez-en maintenant!

Information pour les parents



Le vapotage n'est pas sans risque.



10%

des élèves de la
6^e à la 8^e année



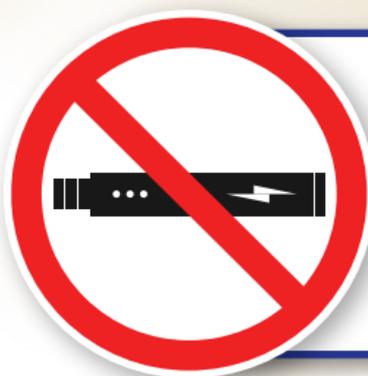
43%

des élèves de la
9^e à la 12^e année

**ont déjà essayé des
cigarettes électroniques**

(selon le Sondage sur le mieux-être des élèves
du Nouveau-Brunswick, 2018-2019).

Le vapotage se produit par l'inhalation
d'aérosol ou de vapeur provenant
d'une cigarette électronique.



**Le vapotage
n'est pas désigné
pour les jeunes
et les non-fumeurs.**

Connaissez-vous les effets du vapotage chez les jeunes?



La nicotine présente dans les produits de vapotage peut :

- Créer une forte dépendance;
- Affecter le développement du cerveau, qui se poursuit jusqu'à l'âge de 25 ans environ;
- Nuire à la mémoire, à la concentration, au jugement et aux comportements;
- Amener les jeunes vers la dépendance à d'autres drogues.

L'inhalation de produits chimiques dangereux utilisés dans les produits de vapotage peut causer des dommages irréversibles et des maladies pulmonaires.

Santé Canada met en garde les utilisateurs de produits de vapotage en leur demandant de...

- Surveiller l'apparition de symptômes de maladie pulmonaire (p. ex. toux, essoufflement, douleur thoracique);
- Consulter un médecin sans tarder s'ils ont des préoccupations relatives à leur santé.

Comme parent :

- Trouvez le bon moment et profitez des situations où vous pouvez parler de vapotage. Vous n'avez pas besoin d'être un expert.
- Donnez l'exemple, soyez à l'écoute, évitez la critique et encouragez une discussion ouverte.
- Encouragez votre ado à discuter avec d'autres adultes de confiance.
- Obtenez du soutien auprès d'un professionnel de la santé.



Les ados affirment que leurs parents sont les personnes qui ont le plus d'influence dans leur vie. Votre rôle est de les aider à prendre des décisions intelligentes et éclairées sur des questions importantes qui peuvent affecter leur santé (p. ex. le vapotage).

Saviez-vous que...



- Il est interdit de vapoter là où il est interdit de fumer.
- Il est interdit de vendre des cigarettes électroniques et des articles à vapoter aux jeunes âgés de moins de 19 ans.

Le vapotage n'est pas toujours facile à détecter :

- Il ne produit pas d'odeur comme le tabac.
- Certaines cigarettes électroniques sont petites et peuvent facilement être cachées.

Certaines cigarettes électroniques contiennent **plus de nicotine qu'une cigarette traditionnelle, tandis que d'autres peuvent **contenir du cannabis.****

Références

Conseil de la santé du Nouveau-Brunswick

<https://csnb.ca/sites/default/files/publications-attachments/SME18-19%20-Les%20r%C3%A9sultats%20selon%20les%20niveaux%20scolaires.pdf>

Santé Canada – Au sujet du vapotage

www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac/vapotage.html

Centers for Disease Control and Prevention

www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/factsheet/index.html

Jeunesse sans drogue Canada – Les jeunes et le vapotage

<https://files.constantcontact.com/4f63e5fa201/3d040e5c-17e6-4933-8ee1-c92bcb570c65.pdf>

Mise en garde de Santé Canada concernant un risque possible de maladie pulmonaire lié aux produits de vapotage

<http://canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/hc-sc/2019/70919a-fra.php>

Loi sur les endroits sans fumée

<http://laws.gnb.ca/fr/ShowPdf/cs/2011-c.222.pdf>

Loi sur les ventes de tabac et de cigarettes électroniques

<http://laws.gnb.ca/en/ShowPdf/cs/T-6.1.pdf>

**Le vapotage n'est pas sans risque.
Parlez-en maintenant!**

Pour en savoir plus sur le vapotage, consultez :
CANADA.CA/VAPOTAGE