

## FUMÉE

Les cigarettes électroniques jetables sont moins anodines qu'elles en ont l'air. L'éclairage du Dr Jean-Paul Humair, médecin directeur du Centre d'information et prévention du tabagisme (CIPRET) à Genève

## Quatre choses à savoir sur les puffs

22

Colorées, simples à utiliser, proposant des goûts plus alléchants les uns que les autres, les «puffs» ont de quoi séduire, notamment les plus jeunes...

### « Leur innocuité reste encore à démontrer par des études scientifiques indépendantes évaluant leurs effets sur la santé à court et long termes »

Sauf que ces cigarettes électroniques jetables aux allures de surligneurs high-tech, concoctées par l'industrie du tabac et du vapotage, sont bien moins anodines qu'elles n'en ont l'air. Si les études manquent pour évaluer leurs effets sur la santé, la présence de nicotine inquiète. Au vu de son fort pouvoir addictif, celle-ci induit et perpétue une dépendance tenace se gravant dans le cerveau de ses consommateurs. Le point avec le Dr Jean-Paul Humair, médecin directeur du Centre d'information et prévention du tabagisme (CIPRET) à Genève.

#### Qu'est-ce qu'on inhale?

Arrivées sur le marché en 2020, les puffs sont des cigarettes électroniques jetables renfermant des liquides comprenant notamment propylène glycol, glycérine et arômes. Des composés moins inquiétants a priori que la multitude de substances toxiques présentes dans les cigarettes classiques, mais dont la composition exacte est floue. Leur innocuité reste encore à démontrer par des études scientifiques indépendantes évaluant leurs effets sur la santé à court et long termes. Mieux connue, et présente dans la plupart des puffs, la nicotine expose quant à elle à un risque élevé de dépendance. Ce risque est particulièrement marqué chez les jeunes, dont le cerveau est encore en maturation. Cela fait craindre que l'exposition précoce à la nicotine par les puffs facilite le passage au tabagisme et à ses effets hautement délétères sur la santé.

#### Pourquoi des sels de nicotine?

Les puffs renferment non pas de la nicotine classique, provenant des feuilles de tabac, mais des sels de nicotine, obtenus par des transformations chimiques permettant non seulement d'augmenter sa vitesse d'absorption et d'action, mais également de la rendre moins irritante pour la gorge. Les fabricants proposent ainsi des puffs avec des taux de nicotine dépassant le maximum légal (2% ou 20 mg/ml) et atteignant 5%, en profitant de l'absence de loi fédérale, de lois cantonales hétérogènes et du très faible niveau d'application et de contrôle des autorités. Ces opérations réalisées en laboratoire rendent ces teneurs élevées en nicotine supportables à des consommateurs non habitués à l'inhalation de tabac ou de nicotine. Ces derniers toléreraient difficilement des taux de nicotine supérieurs à 10 mg/ml s'il s'agissait de sa version «classique». Cette stratégie des fabricants ne fait qu'accroître le risque de dépendance à cette substance... et le besoin d'en consommer et reconsumer.

#### Adolescents en ligne de mire

Annoncées par leurs fabricants comme des alternatives moins toxiques que les cigarettes combustibles des fumeurs, les puffs peuvent séduire des consommateurs non-fumeurs. Une promotion de ces cigarettes électroniques jetables se fait sur les réseaux sociaux pour attirer dangereusement un public jeune, voire très jeune... Selon une étude menée par Unisanté et Promotion santé Valais auprès de 1362 jeunes âgés de 14 à 25 ans\*, 59% d'entre eux ont déclaré avoir consommé au moins une fois dans leur vie une puff et 12% à en consommer fréquemment (au moins dix jours durant le mois ayant précédé le sondage). Faciles d'accès, peu onéreuses (5 à 20 francs en moyenne), les puffs sont ainsi de plus en plus banalisées parmi les adolescents. Trois quarts d'entre eux se disent toutefois conscients des risques pour la santé, du risque de dépendance et de l'impact environnemental des puffs.

#### Et côté réglementation?

Si la loi fédérale sur les produits du tabac et les cigarettes électroniques (LPTab) est attendue pour mi-2024, il n'existe à ce jour aucune loi fédérale interdisant la vente de cigarettes électroniques (dont les puffs) aux mineurs. Toutefois, onze cantons (dont Fribourg, Genève, Jura, Neuchâtel et Valais) ont légiféré et interdisent la vente de cigarettes électroniques aux mineurs. Huit cantons interdisent l'affichage publicitaire pour les cigarettes électroniques\*\*. Cependant, l'application de ces lois est très problématique car elles sont mal respectées par les commerçants et les autorités ne les contrôlent que très rarement (notamment par des achats-tests). ■

\* [www.unisante.ch/fr/unisante/actualites/premiers-chiffres-sur-consommation-puffs-jeunes](https://www.unisante.ch/fr/unisante/actualites/premiers-chiffres-sur-consommation-puffs-jeunes)

\*\* Source: <https://ind.obsan.admin.ch/fr/indicators/monam/reglementations-cantonales-concernant-le-tabac-et-les-e-cigarettes>