

Le vapotage et les jeunes

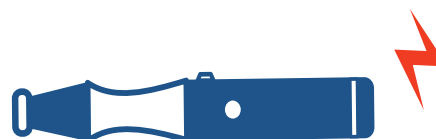


En quoi consistent les dispositifs de vapotage?

Les dispositifs de vapotage ou cigarettes électroniques se présentent sous plusieurs formes et diverses tailles.

La plupart sont alimentés par piles, ont un élément chauffant et un réservoir pour contenir la solution liquide.

Le liquide de vapotage, ou liquide à vapoter, est chauffé pour produire un aérosol que la personne aspire.



Avertissement : il ne s'agit pas seulement de vapeurs aromatiques.

Fait : Bien que les aérosols de vapotage contiennent moins de produits chimiques que la fumée de tabac, ils sont tout de même nocifs.

Que contiennent les dispositifs de vapotage?

Les dispositifs de vapotage contiennent plusieurs substances dangereuses :

- **De la nicotine** – Engendre une très forte dépendance et affecte le développement du cerveau des jeunes; les dispositifs de vapotage peuvent aussi contenir du cannabis
- **De minuscules particules** – Aspirées profondément dans les poumons, elles causent des dommages
- **Des produits chimiques aromatisés** – Le diacétyle est lié à une maladie pulmonaire grave appelée bronchiolite oblitérante
- **Produits chimiques toxiques :**
 - ~ **Propylèneglycol** – Aussi présent dans le solvant à peinture
 - ~ **Diéthylène glycol** – Aussi présent dans l'antigel
 - ~ **Benzène** – Aussi présent dans les gaz d'échappement des voitures
 - ~ **Acroléine** – Aussi présente dans les désherbants
- **Produits chimiques cancérigènes** – Acétaldéhyde et formaldéhyde
- **Métaux lourds** – Dont le cadmium, le nickel, l'étain et le plomb, tous liés aux cancers et aux lésions cérébrales



References

For a list of references, email tobacco@gov.nu.ca

Revised January 2026

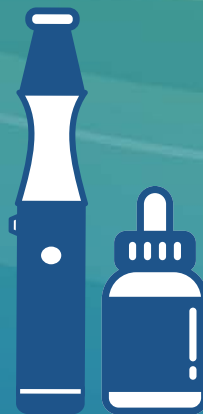


**Nunavut
sans fumée**

NUQUITS.CA 1-866-368-7848

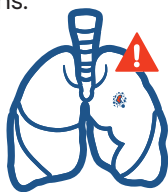
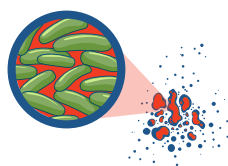


Le vapotage et les jeunes



Le vapotage endommage les poumons

- Les minuscules particules dans les dispositifs de vapotage sont aspirées profondément dans les poumons. Cela peut endommager les poumons en permanence.
- Le vapotage augmente le risque de maladies cardiaques et pulmonaires, et de crises d'asthme. Il affecte également le bon fonctionnement des poumons.



La nicotine dans les dispositifs de vapotage

- La nicotine engendre une très forte dépendance et les symptômes de sevrage peuvent être désagréables.
- La nicotine nuit aux cerveaux en développement.
- Elle rend la concentration et l'apprentissage plus difficiles et elle affecte l'humeur et la mémoire.
- Les jeunes qui consomment de la nicotine peuvent être plus susceptibles de développer une dépendance à d'autres drogues.



Fait : L'utilisation des dispositifs de vapotage n'est pas sécuritaire. Les jeunes qui vapotent sont plus susceptibles de commencer à fumer des cigarettes. Le vapotage comporte plusieurs des mêmes risques pour la santé que le tabagisme. Les jeunes et les femmes enceintes courent un risque plus élevé de dommages pour la santé liés au vapotage.

Effets immédiats des dispositifs de vapotage sur la santé

- Vertige
- Irritation des yeux et de la gorge
- Maux de tête
- Étourdissements
- Toux et respiration sifflante
- Essoufflements
- Pression artérielle et fréquence cardiaque élevées



Le vapotage ne doit pas être toléré ici

La meilleure façon de cesser de fumer est d'utiliser la thérapie de remplacement de la nicotine ou des médicaments comme Champix, ainsi que du counseling.

Le vapotage n'a pas été approuvé au Canada comme outil de renoncement au tabagisme. Visitez votre centre de santé ou votre pharmacie locale pour obtenir gratuitement des timbres à la nicotine, de la gomme, des pastilles, des inhalateurs ou des vaporisateurs buccaux. Parlez-en à votre médecin, à votre infirmier/infirmière ou à votre représentant(e) en santé communautaire locale.



Appelez la ligne d'aide au renoncement au tabac du Nunavut (QuitLine)

Numéro sans frais : 1 866 368-7848

Courriel : tobacco@gov.nu.ca



Visitez **NuQuits** sur Facebook.



Consultez : **nuquits.ca**



References

For a list of references, email tobacco@gov.nu.ca

Revised January 2026



Nunavut sans fumée

NUQUITS.CA 1-866-368-7848

