

## Fiche d'information de l'Unité PSPS

### Les cigarettes électroniques jetables

#### Message-clé

Les cigarettes électroniques jetables de type « puff bars » ont un potentiel addictif très élevé (forte teneur en nicotine). Elles risquent également d'être un produit d'entrée dans la consommation de tabac, de par la gestuelle qu'elles impliquent. Leurs effets à long terme sur la santé sont pour l'instant inconnus.

Il est recommandé de l'assimiler aux produits du tabac dans les réglementations scolaires, notamment d'interdire son usage dans le périmètre des écoles.

Leur vente sera interdite aux mineur·e·s par la loi fédérale sur les produits du tabac, au plus tôt à mi-2023.

#### Connaissances actuelles



*Sur cette photo, on peut voir quatre cigarettes électroniques jetables au milieu de surligneurs et de stylos (source : Association suisse pour la prévention du tabagisme, AT)*

*De quoi s'agit-il* Sous la dénomination de « puff bar », « happy puff », « geek bar » et autres marques, ce sont des cigarettes électroniques jetables, faciles à utiliser et arrivées sur le marché depuis 2020-2021.

Elles se composent d'un boîtier compact avec une batterie et un réservoir. Elles contiennent un liquide, généralement avec de la nicotine et des arômes non contrôlés. Ces dispositifs

permettent d'inhaler une quantité de nicotine équivalente à un paquet de cigarettes ou plus, soit environ 500 bouffées (*puffs*).

Certaines d'entre elles ressemblent à des surligneurs colorés et permettent une consommation discrète (aérosol peu visible, odeurs de bonbon, sans odeur de fumée). Ces dispositifs ont pour particularité de permettre de fumer sans être vu-e (*stealth*), notamment à l'école, comme c'est déjà le cas pour le tabac oral (snus).

D'un prix proche de celui d'un paquet de cigarettes conventionnelles, leurs arômes de fruits ou de menthol, ainsi que leur marketing sur les réseaux sociaux, ciblent fortement les jeunes qui ne s'aperçoivent pas qu'ils consomment un produit nocif et addictif. Pour les jeunes, ces nouvelles cigarettes électroniques sont ludiques, pratiques (pas besoin de les remplir soi-même ou de changer les recharges de liquides) et peu onéreuses.

À l'heure actuelle, il n'y a pas encore de données sur leur consommation en Suisse. Le fait qu'il s'agisse de produits jetables et à usage unique soulève également d'importantes préoccupations environnementales (impact écologique lié à l'élimination du produit et de sa batterie).

Pour l'instant, leur vente n'est pas interdite aux mineur·e·s dans le canton de Vaud, jusqu'à l'entrée en vigueur de la loi fédérale sur les produits du tabac, au plus tôt à mi-2023.

Il existe néanmoins une autoréglementation de la branche : les kiosques et les supermarchés s'engagent à contrôler l'âge et à ne pas vendre le produit aux mineur·e·s (mesure peu efficace).

**Effets & risques** Comme les produits du tabac, ces cigarettes électroniques contiennent généralement une concentration élevée de nicotine (parfois même plus que la limite légale de 20 mg/ml, soit 2%), ce qui engendre très rapidement une forte dépendance.

Cette nicotine se trouve sous forme de sels de nicotine, moins irritants et favorisant l'absorption, ce qui facilite l'entrée en consommation et renforce la dépendance.

Les cigarettes électroniques sont des produits relativement nouveaux dont les effets à long terme sur la santé sont encore largement inconnus.

Ils peuvent émettre diverses substances chimiques nocives dont certaines sont cancérigènes. Les cigarettes électroniques pouvant être commandées par internet ou via les réseaux sociaux, il est difficile d'assurer un contrôle des substances qu'elles contiennent.

### Liens d'information

Association suisse pour la prévention du tabagisme (AT).  
« Puff Bar et autres e-cigarettes jetables. Fiche d'information ».  
[https://www.at-schweiz.ch/userfiles/files/Downloads/Factsheets/Fiche%20d'information\\_Puff%20Bar.pdf](https://www.at-schweiz.ch/userfiles/files/Downloads/Factsheets/Fiche%20d'information_Puff%20Bar.pdf)

Association suisse pour la prévention du tabagisme (AT).  
« Systèmes électroniques de délivrance de la nicotine » :  
<https://www.at-schweiz.ch/fr/connaissances/produits/seden>

Association suisse pour la prévention du tabagisme (AT).  
« Les cigarettes électroniques sont-elles inoffensives ? » :  
[https://www.at-schweiz.ch/userfiles/files/Downloads/a137\(1\).pdf](https://www.at-schweiz.ch/userfiles/files/Downloads/a137(1).pdf)

Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires. « Cigarettes électroniques » :  
<https://www.blv.admin.ch/blv/fr/home/gebrauchsgegenstaende/e-zigaretten.html>

### Auteurs

Sylvie Bonjour, cheffe de projet. Unité PSPS. Programme de prévention des conduites addictives. 079 808 56 10

Luc Lebon & Vanessa Prince. Unisanté, Unité prévention du tabagisme : 021 545 31 96 ou [tabagisme@unisante.ch](mailto:tabagisme@unisante.ch)