Le vapotage est-il moins nocif que le tabac ?

Pensez-vous que les cigarettes électroniques sont saines ? Elles peuvent avoir l'air cool et tendance, comme par exemple les cigarettes électroniques au design nouvelle génération qui ressemblent à des clés USB ! Juul, Logic, myBlu, MYLE, PHIX etc. ont un design vraiment high tech mais sont-elles sans danger ? Juul a été qualifiée d'iPhone de la cigarette électronique et son acceptation aux États-Unis est due en partie à son apparence. L'utilisation de cigarettes électroniques a augmenté de 78 % en une seule année dans les lycées où déjà 3 millions de jeunes vapotent : c'est un adolescent sur cinq ! La FDA américaine (Food and Drug Administration) a déclaré le vapotage comme épidémie et a menacé de fortes sanctions les fabricants de cigarettes électroniques, en particulier Juul.

Les fabricants d'e-cigarettes savent comment exploiter la culture de la jeunesse : Juul a largement promu son produit sur les médias sociaux, utilisant la même imagerie que les entreprises de tabac pour piéger une nouvelle génération de fumeurs par le sex-appeal, la rebellion et l'indépendance. Ce marketing diffuse le message que les cigarettes électroniques sont cool, fun, voire même une nécessité et sans danger. L'agence britannique de la santé (Public Health England) a le plus soutenu la promotion de ces cigarettes en disant qu'elles sont 95 % plus sûres que le tabac. Mais le sont-elles réellement?

Pratiquement toutes les e-cigarettes contiennent de la nicotine qui est une drogue extrêmement addictive, autant que l'héroïne. Il a été prouvé que, chez les adolescents, la nicotine altère un fonctionnement cérébral normal. La nicotine augmente également le risque de maladies cardiaques et pulmonaires, de troubles gastro-intestinaux, diminue la réponse immunitaire et réduit la santé reproductive. La nicotine endommage le développement normal des fœtus et peut causer des symptômes de sevrage chez les nouveaux-nés. La nicotine rend aussi les cellules cancéreuses plus agressives.

Les arômes de cigarette électronique tels que barbe à papa, ours en guimauve, bubble-gum et saveurs de fruits sont très attrayants pour les adolescents et tout autant pour les enfants. Une fois que l'on a commencé à vapoter, on apprécie ces saveurs sucrées et en désire davantage. Mais ce désir est aussi poussé par la nicotine dont on est devenu accro. Il a été démontré maintes et une fois que les saveurs poussent les enfants et les jeunes à vapoter. L'industrie du tabac a fait la même chose avec les cigarettes de tabac parfumé pour amener les jeunes à fumer, ceci jusqu'à ce que ces arômes furent interdits.

Les cigarettes électroniques contiennent-elles des substances néfastes ?

La vapeur de cigarettes électroniques contient un mélange de toxines et carcinogènes dangereux tels que l'acroléine, l'arsenic, le benzène, le cadmium, le diacétyle, le formaldéhyde, le plomb et le toluène. La nicotine sous sa forme liquide est mortelle si ingérée et malheureusement, même des enfants et animaux domestiques sont morts après avoir mangé ou bu un e-liquide. Il a été montré que le vapotage cause des signes précoces de maladies cardio-vasculaires, des maladies pulmonaires incluant l'emphysème et la MPOC, des gingivites, le cancer buccal. De plus, le vapotage entraîne des changements dans l'expression génétique du cerveau des fœtus ; ce qui peut amener à des problèmes de santé mentale et de développement. La vapeur d'e-cigarette provoque la nécrose des tissus cutanés autour de plaies, prolongeant beaucoup plus le processus de guérison. Tous ces effets sur la santé sont similaires aux effets produits par le tabagisme. Les

Ingrédient	Effet
Acroléine (aldéhyde)	Fortement lié au cancer du poumon
Acétaldéhyde	Carcinogène de groupe 1, endommage l'ADN
Nicotine	Extrêmement addictive, peut provoquer le cancer
Propylène glycol (anti-gel)	Irritations des yeux, de la gorge et des voies respiratoires
Toluène	Endommage les reins et la capacité de reproduction

Tab. 1 : Les e-cigarettes contiennent plusieurs des mêmes substances nocives que les cigarettes de tabac.

sels de nicotine utilisés dans les nouvelles capsules ont été originellement développés dans les années 40 comme insecticides !

Les cigarettes électroniques sont devenues aussi un moyen prisé de fumer le cannabis. C'est un fait que le cannabis peut endommager définitivement le développement cérébral des jeunes. Le cannabis a beaucoup d'autres effets négatifs sur la santé, y compris la dépendance, les névroses et les problèmes de santé physique. Veuillez voir notre brochure sur le cannabis pour plus d'informations.

Les cigarettes électroniques aident-elles à arrêter de fumer ou sont-elles comme une porte d'entrée vers le tabagisme ?

L'évidence montre que les fumeurs qui se tournent vers le vapotage sont jusqu'à 28 % moins susceptibles d'arrêter le tabagisme ! Environ 85 % des fumeurs qui prennent des e-cigarettes afin d'arrêter de fumer ne réussissent pas et continuent à fumer. Les e-cigarettes sont simplement un autre moyen d'avoir une dose de nicotine ! Les fumeurs qui vapotent utilisent cette opportunité de vapoter dans des endroits où il n'est pas permis de fumer, et par contre, continuent de fumer aux endroits où ils le peuvent.

Une fois que vous commencez à vapoter, vous êtes davantage enclin à essayer les cigarettes de tabac. Des études répétées montrent qu'aux USA et au Royaume Uni, les enfants et adolescents qui vapotent

sont 4 à 6 fois plus susceptibles d'essayer le tabac que ceux qui ne l'ont jamais fait. Il a même été prouvé que les jeunes adultes (18 à 30 ans), qui n'ont jamais fumé mais se sont mis à vapoter, ont presque 7 fois plus tendance à continuer avec les cigarettes de tabac ! Il n'existe aucun doute que le vapotage agit comme une porte d'entrée vers le tabac !

Le vapotage passif

Lorsque quelqu'un exhale un nuage de vapeur près de vous, vous allez inspirer des particules ultra fines de nicotine, des carcinogènes et autres toxines, et ceci en particulier dans les espaces intérieurs. Les parents qui vapotent près de leurs enfants devraient y penser et s'abstenir de vapoter dans la voiture car cela pourrait s'avérer très dangereux pour leurs enfants ou animaux de compagnie. Il a été identifié que même un vapotage indirect existe : des particules ultra fines de nicotine sont trouvées sur des surfaces avec lesquelles la vapeur a été en contact. Celles-ci peuvent être absorbées par la peau au toucher.

Le vapotage a-t-il des avantages à long terme pour la population dans le sens d'une réduction des dommages ?

L'Académie Nationale des Sciences (NAS) de l'Amérique du Nord a conduit une analyse de 800 études publiées sur les e-cigarettes. Bien qu'il soit difficile de dire les effets à long terme puisque le vapotage est récent, la NAS a conclu qu'en raison de l'énorme croissance de l'utilisation par les enfants et les jeunes adultes, la vue d'ensemble à long-terme (c.à.d. dans 50 ans, lorsque les enfants qui vapotent aujourd'hui seront dans leur soixantaine) indique que l'état de santé de la population sera certainement pire. Étant donné que le vapotage est une porte d'entrée prouvée vers le tabagisme, il est logique de conclure ainsi. Le vapotage va créer de grands problèmes de santé dans les années à venir, de la même façon que le tabac continue de le faire puisque les preuves indiquent des effets négatifs similaires sur la santé. Par an dans le monde, 7 millions de personnes meurent du tabagisme. Bientôt ce chiffre sera renfloué avec celui des utilisateurs de cigarettes électroniques !

Que pouvez-vous faire ?

1. Soyez un bon exemple, pour vous-même, votre famille et vos amis en ne vapotant pas, en ne fumant pas ou en ne vous droguant pas.
2. Informez-vous sur le danger du vapotage et éduquez ensuite votre famille, vos amis et l'école. Regardez notre bulletin d'informations pour davantage de détails.
3. Écrivez à vos conseillers locaux et demandez des endroits à l'intérieur et à l'extérieur spécialement pour les enfants où il est interdit de vapoter et de fumer ainsi qu'une interdiction totale des e-liquides aux arômes sucrés et fruités dans les magasins et une interdiction de points de vente de cigarettes électroniques.
4. Écrivez à vos politiciens pour leur présenter les faits sur le vapotage et leur demander de traiter les cigarettes électroniques comme le tabac et de les retirer de la vue du public dans les boutiques et stations-service, avec une interdiction de vapotage dans les lieux publics, incluant les parcs et les aires de jeux.
5. Si vous connaissez quelqu'un qui vapote, passez lui quelques-uns des meilleurs conseils sur le sevrage venant de l'approche Easyway d'Allen Carr.

Nous sommes toujours heureux de répondre à vos questions !

The World Foundation for Natural Science

Siège Mondial

P.O. Drawer 16900, Washington, DC 20041, U.S.A.
☎-Tél. +1(703)631-1408 ✧ ✆-Fax +1(703)631-1919
✉-E-mail: HQ@NaturalScience.org

Siège Européen

P.O. Box 7995, CH-6000 Lucerne 7, Suisse
☎-Tél. +41(41)798-0398 ✧ ✆-Fax +41(41)798-0399
✉-E-Mail: EU-HQ@NaturalScience.org

03/19

The World Foundation for Natural Science

The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!

Cigarettes électroniques :

AUSSI DANGEREUSES QUE LE TABAC !

www.NaturalScience.org