

Lutte contre l'usage addictif des e-cigarettes chez les adolescent·e·s : rôle de la prévention

Nikita Albrecht, Chantal Barbagallo, Serena De Vitis, Anna Paterlini, Nicolas Truffer

Introduction

L'usage des e-cigarettes et puffs a fortement augmenté chez les adolescent·e·s ces dernières années, suscitant des inquiétudes quant à leur santé et la recherche de méthodes de prévention efficaces. En effet, l'OFSP a noté une hausse entre 2022 et 2024 de 3.6% des 15-19 ans déclarant consommer mensuellement (pour un total de 9%), contre seulement 2.3% d'augmentation chez les 25-34 ans¹. La nicotine altère le neurodéveloppement des adolescent·e·s, entraînant des conséquences cognitives et comportementales², en plus de son fort potentiel addictif.

Face à cette évolution, des mesures de prévention, comme le programme "Free. Fair. Future."³, et des législations, comme l'interdiction de vente de puffs sur le territoire⁴, ont été mises en place pour freiner la mise en danger des jeunes liée à la consommation de nicotine et produits associés. Toutefois, leur efficacité réelle, leur compréhension et leur ancrage dans le vécu des adolescent·e·s doivent être constamment réévaluées.

Il existe peu d'études qualitatives au sujet de la perception de la prévention par les jeunes ou ses spécificités dans cette population. Notre travail cherche à savoir quel est l'impact des moyens de prévention actuels sur l'usage addictif (au moins une fois par semaine) de e-cigarette/puff chez les adolescent·e·s entre 11 et 17 ans en Suisse romande. Le but étant d'identifier les améliorations possibles pour renforcer les futures interventions et mieux protéger la santé des jeunes face aux risques liés à la nicotine.

Méthode

Nos objectifs sont d'évaluer les connaissances et représentations des jeunes, identifier des facteurs de risque à l'utilisation addictive, recenser les interventions existantes et leurs obstacles, et analyser des méthodes et outils d'évaluation de leur impact, sous la forme d'une étude qualitative.

Nous avons débuté par une analyse de la littérature scientifique et grise (PubMed, Google Scholar, OFSP), à partir des mots-clés "prévention", "addiction", "e-cigarette" et "adolescent" en français et en anglais, pour orienter notre problématique et construire une grille d'entretien semi-structurée.

Nous avons ensuite mené onze entretiens avec une infirmière spécialisée en pédopsychiatrie des addictions, une infirmière scolaire, un médecin généraliste interniste, des chargées de projet dans la prévention du tabagisme, une formatrice de personnes ressources, une médiatrice de l'école obligatoire et un médiateur pour l'école post-obligatoire. Les personnes ont été contactées par e-mail et les entretiens, d'environ une heure, ont été réalisés en binôme, sans supervision directe. La grille a été adaptée selon les profils interrogés, afin d'explorer les ressources à disposition, l'implication du réseau (familles, pairs, école), l'efficacité et la pertinence des outils en place, la coordination entre les acteur·trice·s, et les opportunités d'amélioration.

Résultats

Les puffs et e-cigarettes sont perçues comme attrayantes, récréatives (« cool, fun »), et socialement valorisées, notamment par leurs goûts, couleurs et design, rappelant les Stabilos. Leur marketing cible clairement les jeunes. De plus, nombre d'adolescent·e·s ignorent les effets nocifs de la nicotine et son potentiel addictif. Ajouté à certains facteurs de risque comme prédisposition génétique, niveau d'éducation, genre (tendance marquée chez les femmes, les puffs étant vues comme des accessoires), psychologiques (vulnérabilité, besoin d'appartenance) et socio-environnementaux (entourage fumeur, réseaux sociaux, marketing), une utilisation addictive des puffs et e-cigarettes est nettement favorisée.

En Suisse, les mesures de prévention autour des produits nicotiniques sont nombreuses, mais hétérogènes. Au niveau fédéral^{5,6}, elles incluent la restriction publicitaire, les avertissements sur les emballages, l'interdiction de vente aux mineurs et l'interdiction de vente des puffs jetables (adoptée par le Conseil des Etats le 4 juin 2025). Au niveau cantonal, les législations diffèrent et aucune mesure n'est institutionnalisée. Par exemple, les cantons de Neuchâtel et Fribourg ont le CIPRET, tandis que le canton de Vaud a plusieurs institutions comme l'Unité PSPS, DEPART, la Direction de l'enfance, de la jeunesse et des quartiers à Lausanne et la Ligue pulmonaire vaudoise.

Plusieurs obstacles limitent leur efficacité : manque de ressources (temps, argent, personnel), de mesures structurelles fortes et respectées au niveau fédéral, absence d'institutionnalisation, et approches

moralisatrices. La prévention sur les réseaux sociaux est controversée, car elle est le canal privilégié des jeunes, mais également source de promotion de ces produits. Finalement, les méthodes permettant d'estimer l'impact de la prévention sur les adolescent·e·s reposent sur des questionnaires, qui leur sont soumis après les interventions, mais ceux-ci ne donnent qu'une idée de l'impact à court terme et ne sont pas systématiquement utilisés.

Discussion et conclusion

Selon les personnes interrogées, la perception des risques liés aux e-cigarettes est largement minimisée chez les jeunes⁷, favorisée par une image sociale positive et un marketing très ciblé, ce qui les expose particulièrement au risque d'une utilisation addictive et nécessite une prévention ciblée. Aujourd'hui, elle n'est pas toujours adaptée aux besoins et il est difficile d'en mesurer l'impact à long terme.

Notre travail met en évidence l'influence des pairs⁸, la méconnaissance des effets nocifs de la nicotine⁷ et les mauvaises représentations sur son dosage, comme facteurs de risque à la consommation. Il souligne le besoin d'une meilleure implication des adolescent·e·s dans la construction des interventions, intégrant leur vécu, leurs outils (renforcement des compétences psycho-sociales, de l'esprit critique), et des approches moins moralisatrices, qui ont unanimement été décrites comme contre-productives. Il faudrait travailler davantage sur la prévention individuelle, renforcée par l'implication de l'entourage des jeunes touchés, par des interventions répétées et adaptées aux différentes tranches d'âges et par un suivi longitudinal approfondi et systématique.

Ces résultats offrent des pistes d'adaptation des politiques de prévention et de renforcement de la coordination entre les niveaux cantonaux et fédéraux. Il est important d'utiliser les mesures structurelles au niveau fédéral, comme l'augmentation des taxes ou les interdictions, afin de modifier les normes sociales et promouvoir une bonne hygiène de vie à long terme.

Dans un souci d'exhaustivité, nous aurions voulu récolter le point de vue direct de l'industrie du tabac qui a décliné notre demande, ainsi que celui des jeunes eux-mêmes qui n'a pas été possible par souci éthique.

Références

1. Observatoire suisse de la santé (Obsan). Consommation de cigarettes électroniques selon l'âge. Office fédéral de la santé publique; 2024 [cité le 8 juin 2025]. Disponible sur: <https://ind.obsan.admin.ch/fr/indicator/monam/consommation-de-cigarettes-electroniques-age-15>
2. Becker TD, Rice TR. Youth vaping: a review and update on global epidemiology, physical and behavioral health risks, and clinical considerations. Eur J Pediatr. 2022;181(2):453–62. doi:10.1007/s00431-021-04220-x.
3. Tabakpräventionsfonds TPF. Free. Fair. Future. – Le programme pour l'enfance et la jeunesse du Fonds de prévention du tabagisme [Internet]. Suisse ; modifié le 14 juin 2022 [cité 25 juin 2025]. Disponible sur : https://www.tpf.admin.ch/tpf/fr/home/kinder-jugend-programm-kjp/infos_kjp.html
4. Radio Télévision Suisse (RTS). La Suisse interdit les puffs, ces e-cigarettes jetables prisées des jeunes [Internet]. Genève: RTS; 2025 juin 5 [cité 2025 juin 25]. Disponible sur: <https://www.rts.ch/info/suisse/2025/article/la-suisse-interdit-les-puffs-ces-e-cigarettes-jetables-prisees-des-jeunes-28904595.html>
5. Office fédéral de la santé publique (OFSP). Politique du tabac en Suisse [Internet]. Berne: OFSP; Dernière modification 09.05.2025 [cité 2025 Mai 27]. Disponible à: <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/strategie-und-politik/politische-auftraege-und-aktionsplaene/politische-auftraege-zur-tabakpraevention/tabakpolitik-schweiz/tabpq.html>
6. Le Conseil fédéral suisse. Ordonnance sur les produits du tabac (OPTab) (RS 818.321) [Internet]. 28 août 2024 [cité 2025 Mai 27]. Disponible à: <https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2024/491/fr>
7. Villanueva-Blasco VJ, Belda-Ferri L, Vázquez-Martínez A. A systematic review on risk factors and reasons for e-cigarette use in adolescents. Tob Induc Dis. 2025;23:1. doi: 10.18332/tid/196679
8. Biles J, Kornhaber R, Irwin P, Schineanu A, Sookraj-Baran MK, Cleary M. Perspectives, motivations, and experiences of adolescents and young adults using nicotine vapes: a qualitative review. Health Promot Int. 2025;40:daaf007. doi: 10.1093/heapro/daaf007

Mots clés

Prévention ; Addiction ; E-cigarette ; Adolescent.

30.06.2025

Lutte contre l'usage addictif des e-cigarettes chez les adolescent·e·s : rôle de la prévention

Travail de Nikita Albrecht, Chantal Barbagallo, Serena De Vitis, Anna Paterlini, Nicolas Truffer

Introduction



- En Suisse, les puffs et e-cigarettes séduisent de plus en plus les jeunes. En deux ans, l'usage mensuel chez les 15-19 ans a augmenté de 3,6 %, pour atteindre les 9 % en 2024, selon l'OFSP¹
- Derrière ce chiffre, un **risque** bien réel : la nicotine, qui perturbe le développement du cerveau adolescent (mémoire, attention et comportements) et crée un fort risque de dépendance.²
- Des campagnes de prévention^{3,4} existent, mais sont-elles **efficaces**?

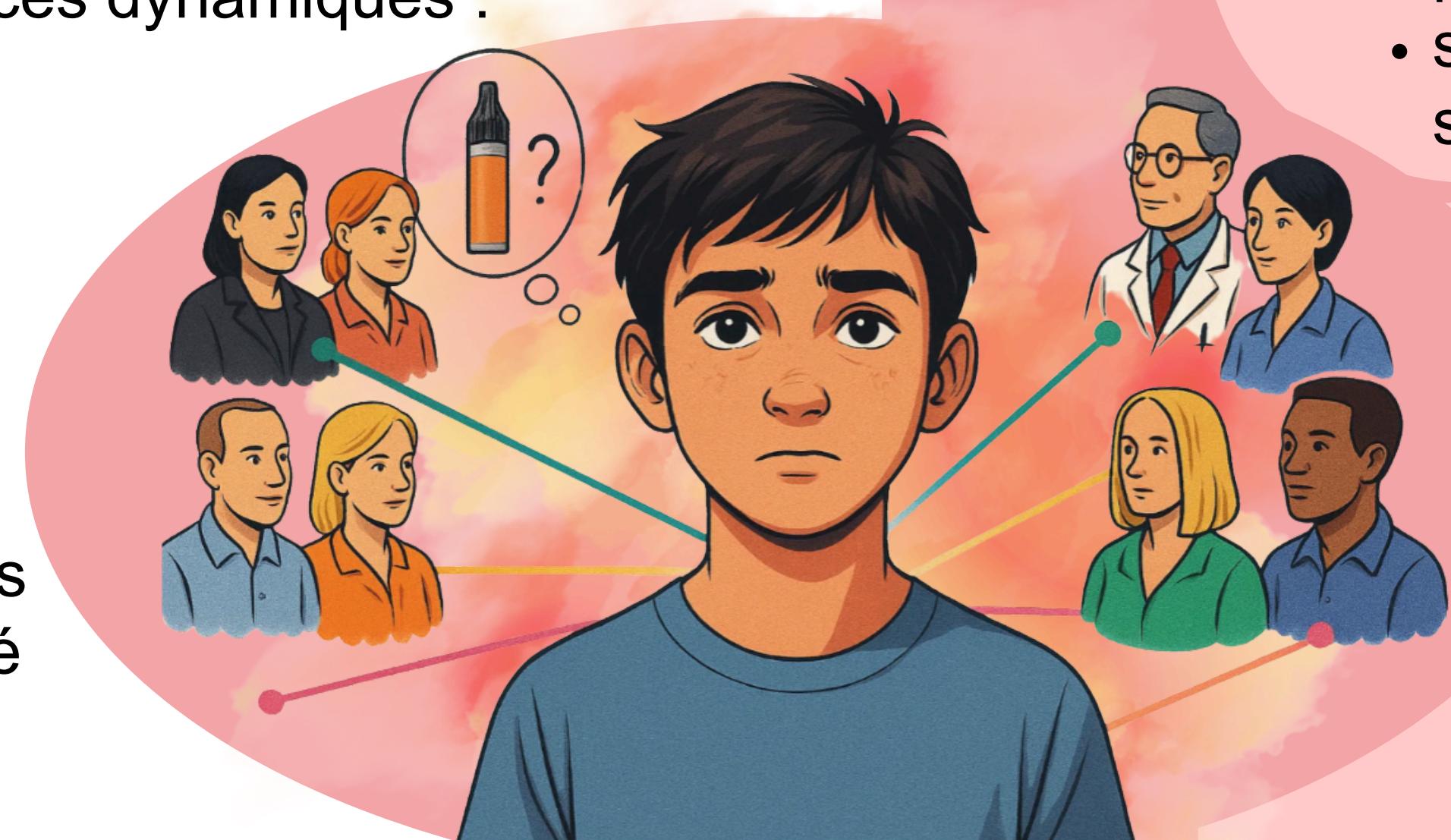
Nos **objectifs** se focalisent sur les adolescents de 11-17 ans de la Suisse romande, en s'appuyant sur les regards croisés de professionnel·le·s de leur réseau :

- Évaluer les connaissances et représentations des jeunes, ainsi que les facteurs de risque à l'utilisation addictive ($\geq 1x/\text{sem.}$)
- Identifier les interventions existantes et les obstacles à leur implémentation
- Examiner les méthodes permettant d'estimer l'impact des mesures de prévention

Quel est l'impact des moyens de prévention actuels sur l'utilisation addictive de e-cigarette/puff chez les adolescent·e·s entre 11 et 17 ans?

Discussion

- La perception des risques liées aux e-cigarettes et puffs chez les adolescent·e·s est **largement minimisée**⁹ (selon les professionnel·le·s interrogé·e·s) : image sociale positive et marketing très ciblé → **risque d'utilisation addictive** qui nécessite des mesures de prévention ciblées
- Les mesures actuelles de prévention peinent à contrer ces dynamiques :
 - Manque de coordination institutionnelle
 - Manque de mesures structurelles (interdictions, augmentation du prix, etc) au niveau fédéral
 - Ressources limitées
 - Déficit de stratégies spécifiques aux réalités des jeunes
- L'influence des pairs^{10,12} et le manque de connaissances des jeunes¹⁰, résultats conformes aux littérature, ont été mis en évidence → **besoin de les impliquer dans la construction des interventions de prévention** :
 - Intégrer leur vécu
 - Tenir compte de leurs outils : compétences psycho-sociales, esprit critique
 - Utiliser des approches moins moralisatrices : unanimement décrites comme contre-productives
- Il serait intéressant de pouvoir évaluer l'effet des intervention à long terme et de manière plus systématique, afin de mieux les organiser : utilité de **mettre plus de ressources dans la recherche** à ce niveau-là.



Conclusion

Par manque de ressources, il est difficile de mesurer l'impact des moyens de prévention → nous avons cependant identifié deux niveaux de stratégies de prévention pour lutter contre l'épidémie des e-cigarettes:

- La prévention individuelle** : se base sur des actions non moralisatrices ciblant les individus directement:
 - Doit impliquer l'entourage des adolescents
 - Doit être adaptée aux tranches d'âge afin d'y intégrer des aspects ludiques appropriés
- La prévention structurelle** : vise à modifier les conditions de vie et les normes sociales pour promouvoir des habitudes saines au long terme

Les résultats de l'enquête permettent d'orienter les politiques de prévention en tenant compte de la perception des jeunes.

Limites: Bien que notre travail se veut le plus exhaustif possible, nous n'avons pas pu avoir des entretiens directs avec :

- les industries du tabac : cela aurait permis d'étayer notre propos
- les jeunes: cela ne nous permet pas d'avoir leur point de vue réel sur la question

Méthodologie

- Étude qualitative
- Revue de la littérature scientifique : PubMed, Google Scholar
- Lecture de la législation suisse sur le tabac : OFSP
- 11 entretiens semi-structurés avec : une infirmière spécialisée en pédopsychiatrie des addictions, une infirmière scolaire, des personnes chargées de projet dans la prévention du tabagisme, une formatrice de personnes ressources, des médiateurs et un médecin généraliste interniste



Résultats

- A. Perception des adolescent·e·s sur les puffs et e-cigarettes**
 - récréatives, « cool, fun »
 - valorisation sociale
 - agrables et attrayantes (arômes, goût, couleur,...)
 - discrètes
 - méconnaissance des dangers
- B. Facteurs de risque favorisant une utilisation addictive**
 - genre (tendance marquée chez les femmes)
 - psychologiques (vulnérabilité, besoin d'appartenance)
 - socio-environnementaux (entourage qui fume⁹, réseaux sociaux, marketing¹⁰)
- 2 A. Mesures de prévention en Suisse**
 - Au niveau fédéral**^{5,6}:
 - restriction de la publicité
 - avertissements sanitaires sur les emballages
 - réglementation de la composition
 - mesures de protection contre le tabagisme passif
 - interdiction de vente aux mineurs
 - interdiction de vente de puffs jetables
 - Au niveau cantonal - Vaud**^{7,8}: d'autres lois et diverses mesures sont mises en place sur demande par différentes organisations : Unité PSPS, DEPART, Direction de l'enfance et de la jeunesse et des quartiers pour la ville de Lausanne, Ligue pulmonaire vaudoise
- B. Problèmes et obstacles:**
 - manque de ressources (temps, argent, personnel formé)
 - absence d'institutionnalisation
 - faiblesse des mesures structurelles fédérales
 - approches moralisatrices et basées sur la peur contre-productives
 - prévention sur réseaux sociaux difficile car aussi source de publicité pour ces produits

- 3 Evaluation des mesures**
 - Evaluation des mesures rarement réalisées
 - Pas de questionnaires pré et post intervention, seulement après les interventions
 - Evaluation des effets à court terme mais pas à long terme

→ Coordination des actions aux niveaux cantonaux et fédéraux
→ Actions concrètes et longitudinales

Suggestions

- | | |
|--|--|
| Prévention individuelle <ul style="list-style-type: none"> Psychoéducation (skills sociales) Renforcement de l'esprit critique via des jeux de réflexion ex. ateliers pour les pairs | Prévention structurelle <ul style="list-style-type: none"> taxation plus sévère interdictions plus rigides pour la vente ex. interdiction des arômes fruités |
|--|--|



**DOUCEUR FRUITÉE
SOUFFLE VOLÉ**

Références

SCAN ME!



Remerciements: Nous remercions sincèrement notre tuteur Mathieu Bernard ainsi que l'ensemble des personnes interrogées pour leur contribution précieuse à ce travail.