



Qu'est-ce que la puff, cette cigarette électronique jetable prisée des ados ?

Derrière un packaging attrayant et des goûts enfantins, la puff habitue dangereusement les collégiens et lycéens à la consommation régulière de nicotine. Des goûts fruités dans des emballages enfantins. Les « puffs », nouvelles cigarettes électroniques jetables, ont tout l'air d'un bonbon. Depuis la fin de l'automne, ce produit jetable s'est imposé dans le quotidien des adolescents : ils sont de plus en plus nombreux à en consommer devant leur lycée, parfois même leur collègue. Pourtant, son usage régulier n'a rien d'anodin.

Un peu comme les cigarettes électroniques « classiques », le taux de nicotine contenu dans les puffs varie entre 0,09% et 1,7% (la loi interdit la vente de cigarettes électroniques contenant plus de 20 milligramme de nicotine par millilitre). Comme les e-cigarettes également, la vente de ces produits est interdite aux mineurs. Pour autant, un simple essai chez le buraliste effectué par Le Figaro suffit à confirmer qu'aucun contrôle d'identité n'est effectué, chez le buraliste comme sur les sites de vente en ligne. Alors, à qui la faute ?

2 discrets Californiens

De l'origine du produit, on sait peu de choses. La puff aurait été conçue par deux Californiens de 27 ans. Leur pari était sans risque : les adolescents américains étaient déjà nostalgiques de la Jiuul, une autre e-cigarette en forme de clé USB qui proposait elle aussi des goûts fruités. Une habitude qui avait particulièrement inquiété les autorités de santé aux États-Unis.

En 2019, la Jiuul était définitivement retirée du marché au motif que sa nicotine était dérivée du tabac, et donc cancérigène. Mais la trêve fut de courte durée : avec la puff, ces deux mystérieux créateurs réussissent à contourner la législation américaine pour proposer aux adolescents un produit conçu à base d'une nicotine synthétique, fabriquée en laboratoire, sans lien apparent avec le tabac et donc autorisée. Mais si l'emballage et l'absence de tabac laissent penser que la puff est inoffensive, son contenant a de quoi inquiéter. La plupart des puffs sont vendues comme permettant de consommer « 600 bouffées », soit l'équivalent, en nicotine, d'environ 2 paquets de cigarettes. Et si cette nicotine est de synthèse, elle comporte aussi un risque d'addiction.

Loïc Josseran, professeur en santé publique à l'UFR Simone Veil et président de l'Alliance contre le tabac, alerte sur ce sujet depuis quelques mois déjà. Pour lui, la présence de nicotine dans ces produits banalisés risque considérablement d'entraîner les adolescents vers la dépendance. « La nicotine est une substance psychoactive qui active dans le cerveau des récepteurs neuronaux et délivre des hormones liées au plaisir, comme un système de récompense. Dès que le cerveau n'en a plus, il réclame à nouveau cette récompense », explique le spécialiste.

La puff, comme la cigarette donc, stimule à sa façon ces récepteurs et contribue à leur développement. Problème : une fois que ces récepteurs sont activés, il est particulièrement difficile de les déshabituer. « L'enjeu du sevrage est d'endormir ces récepteurs, mais il est impossible de les faire disparaître : une fois qu'on les a on les garde. Un fumeur qui replonge après une période d'abstinence réactive tout son système de récepteurs », note Loïc Josseran. L'autre élément à prendre en compte est la « brutalité des shoots », renforcée lorsqu'ils passent par la voie pulmonaire. « Entre le moment où on tire sur une cigarette comme sur une puff et le moment où le plaisir est actif dans le cerveau, il ne se passe qu'une seconde. Il n'y a aucun produit plus rapide que la nicotine pour cela », alerte le professeur.



Malgré l'interdiction de consommation chez les adolescents et les quelques alertes liées au risque d'addiction, le phénomène venu d'Amérique s'est solidement installé en France. De fait, il jouit d'une viralité impressionnante sur les réseaux sociaux. Sur TikTok en particulier, les vidéos d'adolescents - français comme américains - qui s'exposent, une puff colorée à la main, sont plus que fréquentes. Conscient de son rôle dans la popularisation de cet usage, le réseau est revenu auprès du Figaro sur sa façon de modérer les contenus.

« En France, pour protéger la communauté, le hashtag est inéligible au système de recommandation. Ainsi, quand un utilisateur tape 'puff' dans la barre de recherche, aucun résultat n'est affiché », affirme la plateforme. Mais ces nouvelles restrictions semblent facilement contournables par les utilisateurs. En écrivant seulement le hashtag « #wpuff » sur TikTok, Le Figaro a pu accéder à des dizaines de vidéos où des adolescents s'affichent fièrement, une puff à la main comme à la bouche.

Le gouvernement s'intéresse aussi de près à cette tendance en cours chez les jeunes. Le 15 février, à l'occasion d'une session de questions au gouvernement, Sarah El Haïry, la secrétaire d'État à la Jeunesse, affirmait avoir saisi les autorités de santé pour « rappeler les dangers de l'addiction » ainsi que le Conseil d'orientation de la jeunesse pour sensibiliser à nouveau sur « la pédagogie et la responsabilité des influenceurs ».

L'inquiétude autour de la puff ne fait toutefois pas l'unanimité. Jean Moiroud, président de la fédération interprofessionnelle de la Vape, considère que ce produit peut dissuader toute une génération de fumer de « vraies » cigarettes. « En France, l'âge moyen d'entrée dans le tabac est entre 13 et 15 ans, parce que c'est un âge où l'on cherche à faire de nouvelles expérimentations, analyse Jean Moiroud. Peut-être que la puff peut répondre à cette demande tout en dissuadant l'adolescent de consommer un produit cancérigène : le tabac ». Pour celui qui représente les fabricants d'e-cigarettes et leurs vendeurs, « les adolescents américains ont nettement moins fumé de cigarettes lorsque la Jiuul était encore autorisée. La puff doit pouvoir être imaginée comme un substitut du tabac ».

Un site, 260.000 puffs

Pour l'heure, ce n'est cependant pas cette position que la législation européenne a retenu : les puffs sont en théorie interdites à la vente aux mineurs sur tout le continent. Mais la réalité est tout autre. Pour comprendre le phénomène, le directeur de l'association Suisse pour la prévention du tabagisme, Luciano Ruggia, a cherché à comprendre les réseaux qui irriguent la puff. En décembre dernier, il a ainsi recensé plus de 260.000 différentes « puffs » sur un site chinois qui livre partout en Europe. Au-delà de l'absence de contrôle, « ces produits sont aussi loin de respecter la législation européenne », analyse-t-il. Alors que l'UE impose une teneur maximum de 20 milligrammes de nicotine par millilitre, divers des produits proposent 50 ou 60 milligrammes par millilitre. « Avec de telles quantités, il est possible de se shooter à la nicotine », poursuit-il. En résulte d'ailleurs un « puff bar challenge » : dans diverses vidéos partagées sur Youtube, des adolescents se mettent au défi d'aspirer le plus vite possible sur leur puff avant d'être étourdi ou de tomber dans les pommes.

Le spécialiste déplore un vrai manque de chiffres et d'informations. Avec des produits provenant quasi exclusivement de Chine sans aucune information sur la chaîne de production et la composition, une livraison discrète dans des enveloppes blanches, sobres et anonymes, comment savoir le nombre de colis chargés de puffs qui entre sur le territoire européen ou français chaque jour ? Comment identifier le nombre d'enfants qui commandent ces produits qui leur sont pourtant interdits via des sites sans restriction ? Beaucoup de questions et peu de réponses. « Avant, la lutte contre le tabagisme était relativement plus facile puisqu'il n'y avait que des cigarettes. Maintenant, la multitude de produits rend notre travail nettement plus compliqué », conclut Luciano Ruggia.

