



# Sondage en ligne auprès de vapoteurs visant à mesurer les attitudes et les comportements à l'égard des produits de vapotage au fil du temps (2019 à 2021)

## Rapport final

### Préparé pour Santé Canada

Nom du fournisseur : Environics Research

Numéro de contrat : HT372-204361/001/CY

Valeur du contrat : 147 564,71 \$ (TVH incluse)

Date d'attribution du contrat : 2021-02-03

Date de livraison du rapport : 2021-06-24

Numéro d'inscription : ROP 113-20 (HCPOR 20-24)

Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada, à l'adresse :  
[hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

**This report is also available in English.**

**Sondage en ligne auprès de vapoteurs visant à mesurer les attitudes et les comportements à l'égard des produits de vapotage au fil du temps (2019 à 2021)**

**Rapport final**

Préparé pour Santé Canada par Environics Research

Mai 2021

Le présent rapport de recherche sur l'opinion publique présente les résultats des recherches quantitatives et qualitatives réalisées par Environics Research pour le compte de Santé Canada. La recherche quantitative comprenait un sondage en ligne avec échantillon récurrent mené entre le 8 et le 25 mars 2021 auprès d'un groupe de Canadiens qui s'étaient identifiés comme vapoteurs réguliers lors des vagues originales de 2019 du sondage en ligne de Santé Canada auprès d'un panel de vapoteurs. La recherche qualitative, menée entre le 28 et le 30 avril 2021, a fait appel à 46 participants, recrutés lors de l'exercice quantitatif, qui se sont prêtés à une activité en ligne de deux jours sous forme de babillard dirigé.

**Permission de reproduire**

Cette publication peut être reproduite à des fins non commerciales seulement. Il faut avoir obtenu au préalable l'autorisation écrite de Santé Canada. Pour de plus amples renseignements sur ce rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada, à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2021.

Nº de catalogue H14-351/2021F-PDF

ISBN978-0-660-40399-1

**Publications connexes (numéro d'enregistrement : ROP 113-20) :**

Nº de catalogue : H14-351/2021E-PDF (rapport final, en anglais)

ISBN 978-0-660-40398-4

This publication is also available in English under the title *Vapers Online Survey to Measure Attitudes and Behaviours Regarding Vaping Over Time (2019 to 2021)*.

## Table des matières

<b>Résumé</b> .....	<b>i</b>
Contexte et objectifs .....	i
Méthodologie .....	i
Valeur du contrat .....	ii
Principales constatations.....	ii
Déclaration de neutralité politique et coordonnées .....	viii
<b>Introduction</b> .....	<b>1</b>
Contexte .....	1
Objectifs de la recherche.....	1
À propos du rapport .....	2
<b>I. Volet quantitatif – Résultats détaillés</b> .....	<b>3</b>
A. Statut de vapoteur et de fumeur .....	3
B. Précisions relatives au vapotage .....	9
C. Utilisateurs mixtes et usage du tabac .....	21
D. Le vapotage comme moyen de renoncer au tabac .....	27
E. Renoncement réussi au vapotage .....	34
F. Consommation de cannabis .....	41
<b>II. Volet qualitatif – Résultats détaillés</b> .....	<b>42</b>
A. Habitudes de vapotage et d'usage du tabac .....	42
B. Transitions .....	43
C. Facteurs influençant les transitions.....	51
D. Commentaires des participants .....	59
<b>Annexe A : Dispositions définitives en matière de vapotage et d'usage du tabac</b> .....	<b>61</b>
<b>Annexe B : Méthodologie</b> .....	<b>63</b>
Population cible et conception de l'échantillon .....	63
Conception du questionnaire .....	66
Travail sur le terrain .....	66
Taux d'achèvement .....	67
Recherche qualitative.....	67
<b>Annexe C : Instrument de recherche quantitative</b> .....	<b>70</b>
<b>Annexe D : Instrument de recherche quantitative</b> .....	<b>95</b>

## Résumé

### Contexte et objectifs

La *Loi sur le tabac et les produits de vapotage* (LTPV), promulguée en mai 2018, a créé un nouveau cadre législatif visant à réglementer les produits de vapotage afin de préserver les jeunes des incitations à l'usage du tabac et de la dépendance à la nicotine tout en permettant aux adultes d'accéder légalement aux produits de vapotage en tant qu'option moins nocive que le tabac.

Cette étude en ligne auprès de vapoteurs menée par Santé Canada en 2021 représente la troisième vague de recherche visant à examiner la transition entre l'usage du tabac et les produits de vapotage survenant sur le plan individuel. Il s'agit d'une étude longitudinale des changements de comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac au fil du temps au sein d'un groupe de Canadiens qui se sont identifiés comme vapoteurs réguliers lors de la recherche originale de 2019, et qui se sont prêtés de nouveau à l'exercice en 2020.

La recherche avait pour principal objectif de comprendre les habitudes d'utilisation des produits de vapotage au fil du temps sur le plan individuel. Elle a aussi permis de recueillir de l'information sur les attitudes et les comportements associés aux produits de vapotage chez les Canadiens qui sont toujours des vapoteurs réguliers. De façon plus précise, la recherche visait entre autres à :

- mesurer les changements dans les habitudes d'utilisation des vapoteurs réguliers au fil du temps ;
- comprendre les changements dans les habitudes des utilisateurs mixtes au fil du temps ;
- mesurer le niveau de sensibilisation et de connaissances des Canadiens qui vapotent régulièrement en ce qui a trait aux produits de vapotage ;
- recueillir de l'information sur les comportements associés aux produits de vapotage chez les Canadiens qui vapotent régulièrement, y compris en ce qui a trait à l'évolution des produits ; et,
- recueillir de l'information sur les dispositifs et les liquides à vapoter actuellement utilisés par les vapoteurs canadiens.

### Méthodologie

**Volet quantitatif.** Pour atteindre les objectifs de la recherche, un sondage quantitatif en ligne avec échantillon récurrent a été mené auprès de Canadiens qui avaient participé à l'une des vagues de février ou de juin 2019 du sondage en ligne de Santé Canada auprès d'un panel de vapoteurs. Les critères de qualification initiaux pour les sondages de 2019 étaient d'être vapoteur régulier et âgé de 15 ans et plus.

En tout, 2 000 invitations ont été envoyées et 337 personnes ont répondu au sondage de 2021, soit un taux de réponse de 17 %. Le sondage a été mené du 8 au 25 mars 2021 à partir des mêmes sources d'échantillon par panel que les études de 2019 et 2020. Il a donc été réalisé tandis que la majorité de la population canadienne se trouvait en confinement en raison de la pandémie de COVID-19. Sur les 337 répondants de 2021, 295 ont effectué les trois vagues de recherche (2019, 2020 et 2021) et 42 ont effectué seulement les vagues de 2019 et 2021 (c'est-à-dire pas la vague de 2020). Aucun quota n'a été utilisé afin de permettre à chaque participant potentiel de répondre au sondage. Les données ont été pondérées de façon à ce que les répondants soient

représentatifs de l'*Enquête canadienne de 2017 sur le tabac, l'alcool et les drogues* (ECTAD) en matière de région, de sexe et d'âge, assurant ainsi la cohérence des données démographiques.

Les répondants étaient classés comme des **vapoteurs réguliers** s'ils avaient vapoté au moins une fois par semaine au cours des quatre semaines précédentes et comme des **fumeurs actuels** s'ils avaient fumé quotidiennement ou à l'occasion au cours du dernier mois. Ceux qui répondaient aux critères des vapoteurs réguliers et des fumeurs actuels étaient classés comme des **utilisateurs mixtes**.

Les répondants de l'échantillon d'origine (et, par le fait même, de celui de 2021) ont été sélectionnés à partir de panels d'individus ayant accepté de participer à des sondages en ligne. Puisque l'échantillon utilisé s'appuie sur des personnes s'étant originalement portées volontaires pour participer au panel, aucune estimation formelle de l'erreur d'échantillonnage ne peut être calculée, et les résultats obtenus ne peuvent être décrits comme étant statistiquement représentatifs de la population cible.

Il est important de noter que cet échantillon ne peut être considéré comme étant représentatif de l'ensemble des vapoteurs réguliers, puisqu'il exclut les personnes qui sont devenues des vapoteurs réguliers entre 2019 et 2021 ; en d'autres mots, aucun « nouveau » vapoteur n'a été invité à participer au sondage.

**Volet qualitatif.** La deuxième phase du projet consistait en une activité de communauté en ligne qualitative auquel a participé un sous-échantillon de répondants du sondage en ligne de 2021. La communauté en ligne s'est déroulée sur la plateforme de babillard en ligne Recollective, où les participants ont été invités à participer à une série d'activités dirigées, d'une durée de deux jours, selon leur comportement antérieur et actuel en matière de vapotage et d'usage du tabac, avec une attention particulière consacrée aux transitions (c.-à-d. renoncement et rechutes). Des communautés en ligne francophones et anglophones distinctes ont été dirigées simultanément.

Au total, 46 participants (31 anglophones et 15 francophones) ont complété l'exercice qualitatif sur une fenêtre totale de trois jours, soit du 28 avril au 30 avril 2021. Les participants ont été recrutés de manière à constituer un échantillon représentatif des groupes d'âge, des sexes et des expériences en matière de tabagisme et de vapotage. Ceux-ci ont été informés du but de l'exercice, de l'engagement en temps qu'il fallait y consacrer et des mesures incitatives s'y rattachant, et ont reçu des conseils sur la façon de protéger leur vie privée. Chaque participant qui a complété l'exercice qualitatif s'est vu remettre une rétribution de 150 \$ en guise de remerciement pour le temps consacré à la recherche.

Cette recherche était de nature qualitative et non quantitative. Ainsi, les résultats donnent une indication des points de vue des participants sur les questions explorées, mais ils ne peuvent toutefois être généralisés à l'ensemble de la population générale ou aux individus des segments ciblés.

## Valeur du contrat

La valeur de ce contrat s'élève à 147 564,71 \$ (TVH incluse).

## Principales constatations

Cette recherche se penche sur les changements de comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac chez 337 Canadiens qui ont été initialement identifiés comme des vapoteurs réguliers en 2019, sur une période de trois ans (2019, 2020 et 2021).

Plus d'un participant sur trois (36 %) a connu une transition quelconque entre 2020 et 2021, soit en arrêtant de vapoter et/ou de fumer, en recommençant à vapoter et/ou à fumer, ou en commençant à fumer (aucun nouveau vapoteur n'a été invité à participer au sondage). Les six autres participants sur dix (64 %) entrent dans la catégorie « aucune transition » (statut inchangé), ce qui signifie qu'ils ont continué à vapoter, fumer, faire les deux ou aucun des deux en 2021, comme en 2020. La taille importante de cette catégorie dont le statut est inchangé, la baisse de la proportion de participants signalant un changement de comportement entre 2020 et 21 (36 %) par rapport à l'année précédente (54 % entre 2019 et 20) et les proportions élevées de participants désireux de cesser de fumer témoignent de la ténacité générale de ces comportements, de la difficulté de cesser de fumer pour certains et du manque d'intérêt à cesser de fumer pour d'autres.

On constate également un certain degré de changement dans les comportements de renoncement et de rechute. Par exemple, alors que 15 % des participants ont arrêté de vapoter depuis 2020, 12 % ont recommencé, donnant lieu à une diminution nette des vapoteurs de seulement trois points de pourcentage. On constate une augmentation nette des fumeurs à hauteur de deux points de pourcentage, avec 6 % des répondants qui ont arrêté de fumer, mais 6 % qui ont rechuté et 2 % qui ont commencé à fumer pour la première fois. Ce mouvement, où différents utilisateurs se relaient effectivement au fil du temps, met également en évidence le défi inhérent à la réduction de la proportion *globale* de fumeurs et de vapoteurs au fil du temps.

Les répondants ont été ultimement classés dans des catégories plus larges aux fins d'une analyse plus approfondie des groupes d'intérêt suivants :

- 1. Utilisateurs mixtes (38 % [n = 135\*] des répondants) :** Cette recherche met particulièrement l'accent sur les utilisateurs mixtes qui fument et vapotent. En 2020, 38 % des répondants ont déclaré être des utilisateurs mixtes, et cette proportion reste constante en 2021 (38 %). Cette stabilité globale masque toutefois un changement entre 2020 et 2021. Pendant cette période, 12 % de l'échantillon total a cessé d'appartenir à la catégorie des utilisateurs mixtes, soit en abandonnant le tabac, soit en abandonnant le vapotage, soit les deux, et 12 % supplémentaires sont devenus des utilisateurs mixtes (nouveaux ou récidivants) en 2021.
- 2. Ont arrêté de fumer (6 % [n = 26\*] des répondants) :** ce groupe est constitué de tous les répondants qui étaient fumeurs lors de la précédente vague d'étude en 2020 (ou 2019, pour ceux qui n'ont pas répondu au sondage en 2020), mais qui ne sont plus des fumeurs réguliers. Le sous-échantillon de ce groupe cible (n = 26) ne peut pas faire l'objet d'une analyse quantitative en raison de sa petite taille.
- 3. Fumeurs récidivants (6 % [n = 25\*] des répondants) et nouveaux fumeurs (2 % [n = 6] des répondants) :** ces répondants étaient d'anciens fumeurs en 2019 qui ne fumaient pas en 2020, mais qui ont recommencé à fumer depuis. Les nouveaux fumeurs sont ceux qui n'avaient jamais fumé en 2019 et 2020, mais qui fument désormais. Les échantillons étant de petite taille (n = 25 fumeurs récidivants et n = 6 nouveaux fumeurs), les deux groupes ont été combinés pour en faciliter l'analyse.
- 4. Ont arrêté de vapoter (15 % [n = 56\*] des répondants) :** ces répondants vapotaient en 2020 (ou en 2019, pour ceux qui n'ont pas participé à l'étude de 2020), mais ne vapotent plus régulièrement en 2021. Ce groupe comprend les fumeurs actuels qui ont arrêté de vapoter, mais continuent de fumer (9 % des répondants).

\*Remarque : les pourcentages sont basés sur des proportions pondérées ; les tailles réelles des échantillons ne sont pas pondérées.

Les points suivants résument les principales constatations concernant des comportements spécifiques, notamment : les comportements liés au vapotage, les habitudes d'usage du tabac chez les utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants, le recours au vapotage pour arrêter de fumer et les tentatives

de renoncement au vapotage. Dans l'ensemble, on constate relativement peu de changements dans ces mesures depuis 2020.

### Habitudes de vapotage

- En 2021, plus de la moitié (56 %) des participants (qui étaient tous des vapoteurs réguliers en 2019) vapotent toujours, ou vapotent à nouveau. Parmi ces vapoteurs réguliers actuels, la grande majorité (78 %) vapote des produits contenant de la nicotine. La proportion de ceux qui consomment *seulement* des produits contenant de la nicotine a augmenté au cours des trois vagues de l'étude, pour atteindre 66 % en 2021 (comparativement à 56 % en 2020 et 48 % en 2019). La consommation quotidienne de produits à base de nicotine a également augmenté depuis l'étude initiale, six vapoteurs actuels sur dix (59 %) utilisant quotidiennement des produits à base de nicotine (au lieu de 52 % en 2020 et 49 % en 2019). Cette évolution vers une plus grande consommation de nicotine peut s'expliquer par le fait que ce groupe ne comprend plus les vapoteurs qui ont arrêté de vapoter (avec succès) et qui étaient moins susceptibles d'utiliser des produits à base de nicotine, ou qui utilisaient des produits à base de nicotine moins fréquemment.
- Juul continue d'être la marque de dispositifs la plus répandue chez les vapoteurs réguliers (24 %). Les dépenses mensuelles moyennes sont plus faibles que lors des vagues antérieures, soit 40 \$ par mois pour les dispositifs et 46 \$ par mois pour les liquides (les dépenses moyennes en 2019 étaient de 55 \$ pour les dispositifs et 52 \$ pour les liquides ; les dépenses moyennes en 2020 étaient de 53 \$ pour les dispositifs et 51 \$ pour les liquides) ; cela peut s'expliquer par les impacts économiques de la COVID-19 sur les dépenses discrétionnaires ou par les restrictions d'achat associées à la pandémie.
- Par rapport aux vagues précédentes de l'étude, la préférence pour les liquides de vapotage à saveur de tabac a augmenté, détrônant les saveurs de fruits comme choix le plus courant chez les vapoteurs réguliers. La préférence pour la saveur de tabac est particulièrement élevée chez les anciens fumeurs qui vapotent encore (46 %), laissant entendre que bon nombre de ces utilisateurs ont remplacé le tabac par des produits de vapotage offrant une expérience plus proche de celle du tabac. Elle est également très marquée dans les provinces de l'Atlantique. Cela est probablement attribuable au fait que la Nouvelle-Écosse interdit les produits à base de saveurs autres que le tabac depuis le 1er avril 2020.
- Comme par le passé, le vapotage et l'usage du tabac sont considérés comme aussi importants l'un que l'autre par leurs utilisateurs respectifs (67 % d'entre eux déclarent que ces activités sont très ou assez importantes dans leur vie quotidienne), alors que les utilisateurs mixtes n'accordent pas plus de valeur à une activité/substance qu'à une autre.
- Si la majorité des fumeurs et des vapoteurs déclarent qu'ils se sentent parfois ou souvent jugés négativement pour ces habitudes, cette stigmatisation est ressentie plus largement par les fumeurs (74 %) que par les vapoteurs réguliers (58 %), une tendance qui se vérifie chez les utilisateurs mixtes (74 % pour le tabac et 60 % pour le vapotage).
- Il existe toujours une hiérarchie manifeste quant à la perception des effets nocifs, la moitié des participants (50 %) considérant les produits de vapotage sans nicotine comme nocifs, les trois quarts (74 %) dans le cas des produits de vapotage avec nicotine, et près de neuf sur dix (86 %) dans le cas de la cigarette ; ces résultats sont généralement conformes aux vagues d'études précédentes.
- Près de la moitié des vapoteurs réguliers (47 %) ont essayé d'arrêter de vapoter ou essaient d'arrêter en ce moment, et une proportion encore plus élevée (59 %) ont essayé ou essaient de réduire leur fréquence de vapotage. Si ces proportions sont similaires à celles de 2020, les participants sont moins nombreux à

déclarer que leur tentative est sérieuse (75 % étant sérieux en 2021, comparativement à 90 % en 2020). Cela ne témoigne peut-être pas d'un changement d'attitude chez les vapoteurs individuels, mais plutôt de l'attrition des utilisateurs qui ont réussi à arrêter, laissant derrière eux un groupe moins sérieux. Les gommes ou pastilles à la nicotine restent le type d'aide au renoncement le plus couramment utilisé par ceux qui essaient activement d'arrêter de vapoter.

### **Usage du tabac chez les utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants**

- Comme c'était le cas en 2020, le double usage continue d'être associé à un usage moins fréquent du tabac (44 % tous les jours, comparativement à 66 % chez les personnes qui fument seulement) et à un nombre quotidien de cigarettes fumées inférieur à celui des personnes qui fument, mais ne vapotent plus (moyenne de 8 par jour, au lieu de 10). Les utilisateurs mixtes restent les plus susceptibles de se considérer à la fois comme des vapoteurs et des fumeurs (48 %) plutôt que principalement comme des vapoteurs (30 %) ou principalement comme des fumeurs (17 %).
- Comparativement aux utilisateurs mixtes, les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants tendent à être des fumeurs occasionnels (75 % fument occasionnellement et seulement 25 % fument quotidiennement) et déclarent fumer un nombre relativement plus faible de cigarettes quotidiennement (moyenne de 7 par jour). Le stress est la principale raison pour laquelle ces fumeurs disent avoir recommencé à fumer.
- Les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé sont ceux qui étaient des utilisateurs mixtes lors de la vague précédente de l'étude et qui le sont toujours en 2021. Interrogés sur les raisons pour lesquelles ils continuent à vapoter en plus de fumer, ces utilisateurs répondent le plus souvent que c'est par habitude (37 %) ou parce qu'ils aiment la sensation de fumer que le vapotage ne peut offrir (32 %). Cette deuxième raison est plus répandue qu'en 2020 ; comme pour de nombreux autres changements notés dans l'étude, il peut s'agir d'une question d'attrition des ex-fumeurs, plutôt que de changements individuels, c'est-à-dire que ceux qui sont toujours des utilisateurs mixtes après deux vagues de l'étude sont plus susceptibles de vivre une expérience avec le tabac que le vapotage ne peut tout simplement pas reproduire.
- Vapoter dans des situations où il n'est pas possible de fumer reste courant chez les utilisateurs mixtes ; près de la moitié (46 %) déclare le faire au moins deux fois par jour. Toutefois, la fréquence déclarée de ce comportement a diminué depuis 2020 (56 % en 2020). On peut avancer l'hypothèse que les fumeurs sont plus souvent à la maison en raison de la pandémie, et qu'ils rencontrent donc moins de situations où remplacer une cigarette par le vapotage devient nécessaire.

### **Le vapotage comme moyen de renoncer au tabac**

- Le recours au vapotage pour réduire la consommation de tabac ou arrêter de fumer reste un thème commun chez les vapoteurs réguliers. Comme par le passé, la plupart des utilisateurs mixtes déclarent que leur principale raison de vapoter est de réduire ou de renoncer complètement à la consommation de cigarettes (69 % en 2021, comparativement à 66 % en 2020 et 69 % en 2019). Malgré leur recours au vapotage à cette fin, les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé déclarent continuer à fumer par habitude et parce que le vapotage n'offre pas la même sensation.
- De plus, les vapoteurs réguliers qui ont réussi à arrêter de fumer (et qui sont donc aussi d'anciens fumeurs) déclarent qu'ils continuent de vapoter comme alternative au tabac (71 %) et parce que cela les aide à prévenir toute rechute (51 %). En effet, les répondants de ce groupe sont moins nombreux qu'auparavant à évoquer des raisons liées au plaisir et au divertissement.
- La moitié des utilisateurs mixtes (51 %) manifestent leur intention d'arrêter de fumer, le plus souvent dans un délai de six mois (26 %). Il s'agit d'un décalage dans le temps par rapport à 2020 et 2019, un plus grand nombre



de participants envisageant d'arrêter de fumer dans les six prochains mois. Cela peut constituer un nombre important de fumeurs qui ont l'intention d'arrêter de fumer lorsque les inquiétudes liées à la pandémie s'apaiseront.

- Les utilisateurs mixtes qui ont l'intention d'arrêter de fumer restent les plus susceptibles de dire que les produits de vapotage avec nicotine sont le moyen qu'ils utiliseront à cette fin (70 % en 2021 et en 2020). Ces répondants sont moins nombreux à envisager de recourir à des produits de vapotage sans nicotine (61 % en 2021, une baisse par rapport à 69 % en 2020) ou à des timbres à la nicotine (44 %, une baisse par rapport à 59 % en 2020), et ils sont plus nombreux à envisager de recourir à des options médicamenteuses comme Zyban et Champix (50 %, une hausse par rapport à 38 % en 2020).
- Comme par le passé, relativement peu de ces utilisateurs mixtes qui envisagent d'arrêter de fumer ont recouru à des outils ou des moyens pour accroître leurs chances. Moins de quatre répondants sur dix (36 %) ont sollicité des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer, le plus souvent auprès de l'ensemble des professionnels de la santé (25 % ont demandé conseil à un médecin, un pharmacien, une infirmière ou un dentiste), les amis étant la principale source individuelle de conseils (16 %). Cela révèle que, bien qu'ils estiment les recommandations de nature médicale, certains utilisateurs mixtes préfèrent s'adresser à une personne de leur entourage ayant une expérience vécue de l'arrêt du tabac. De surcroît, seulement un tiers (32 %) de ces utilisateurs mixtes qui souhaitent arrêter de fumer disposent d'un plan spécifique déterminant les moments où vapoter et fumer.

### Renoncement réussi au vapotage

- Parmi tous les participants à l'étude en 2021, 15 % ont arrêté de vapoter depuis 2020 (ou 2019, pour ceux qui n'ont pas participé en 2020). Ces nouveaux non-vapoteurs comprennent des fumeurs et des non-fumeurs. Les répondants ayant récemment renoncé au vapotage continuent de citer les effets du vapotage sur la santé comme principale raison de leur décision (25 %), tandis que beaucoup moins de répondants qu'en 2020 lient leur décision à la couverture médiatique négative du vapotage (1 %, au lieu de 20 % en 2020). Trois répondants sur dix (30 %) ont obtenu de l'information pour les aider à arrêter, le plus souvent auprès d'un professionnel de la santé, une proportion similaire à celle des répondants de ce même groupe en 2019-2020.
- En ce qui concerne les stratégies utilisées pour arrêter de vapoter, moins de répondants qu'auparavant disent avoir réduit leur fréquence de vapotage (44 % des anciens fumeurs en 2021, au lieu de 59 % qui ont arrêté entre 2019 et 2020). Si la saveur de tabac est la plus populaire chez les vapoteurs réguliers, elle est moins souvent citée par les anciens vapoteurs comme saveur privilégiée pour cesser de vapoter (22 %). Les saveurs de fruits (27 %), de café ou de thé (27 %) et de menthe ou de menthol (24 %) sont les plus souvent citées comme des saveurs favorisant particulièrement le renoncement au vapotage.
- Interrogés sur les moyens spécifiques qui les ont aidés à arrêter de vapoter, environ la moitié des répondants ayant récemment abandonné le vapotage (48 %) déclarent n'avoir rien utilisé du tout. Par rapport à 2020, des proportions plus élevées de répondants ayant renoncé au vapotage ont recouru aux gommes ou aux pastilles à la nicotine (17 %, comparativement 12 % en 2020) et au counseling (17 %, comparativement 10 % en 2020). Cela peut témoigner d'un niveau d'effort plus marqué chez ceux qui y ont renoncé plus récemment. En effet, une proportion plus élevée de répondants ayant renoncé au vapotage en 2021 y sont parvenus après trois tentatives ou plus (26 %), comparativement à 2020 (14 %). Néanmoins, la plupart des répondants qui ont renoncé au vapotage depuis 2020 disent qu'ils y sont parvenus sans difficulté (64 %).

Pour les répondants qui ont arrêté de vapoter, la fin des envies ou le fait de ne plus penser à vapoter est le signe de réussite le plus courant (38 %).

## Constatations du volet qualitatif

**Transitions :** La recherche qualitative avait pour but d'explorer plus en profondeur quatre transitions possibles dans les habitudes de vapotage et d'usage du tabac que les participants avaient vécues au cours de l'année antérieure.

Les deux principales transitions vécues par les participants concernaient les tentatives et démarches pour **arrêter de fumer** (n = 23) et les tentatives et démarches pour **arrêter de vapoter** (n = 19).

- Les préoccupations en matière de santé ont joué un rôle prépondérant dans les deux cas. Il s'agissait rarement d'un problème de santé récent pour les intéressés ou leurs proches, mais plutôt d'une prise de conscience croissante des effets négatifs sur la santé qu'ils subissaient et d'un désir de jouir d'une meilleure qualité de vie (plus saine). À des fins de comparaison, les répondants qui ont essayé d'arrêter de fumer ont plus souvent évoqué des effets physiques négatifs précis (p. ex., difficulté à respirer pendant une activité physique), tandis que ceux qui ont essayé d'arrêter de vapoter ont surtout dit savoir que le vapotage n'est pas bon pour la santé. De même, les avantages de telles démarches de renoncement semblaient plus perceptibles pour ceux qui essayaient d'arrêter de fumer que de vapoter.
- Notamment, la démarche de renoncement, en particulier pour arrêter de fumer, est apparue très variable, les individus essayant de multiples méthodes avant de trouver celle qui leur apporterait le succès. Pour les répondants qui ont essayé d'arrêter de fumer, le vapotage n'était qu'un des outils possibles ; pour certains, cela a fait une énorme différence, tandis que d'autres s'inquiétaient d'avoir simplement remplacé une mauvaise habitude par une autre. Une première étape commune aux répondants qui essayaient d'arrêter ou de réduire leurs habitudes de vapotage était la réduction de la teneur en nicotine. Sinon, les techniques évoquées étaient similaires à celles des répondants essayant d'arrêter de fumer, notamment l'arrêt brutal, la substitution par d'autres activités ou l'évitement de la tentation (p. ex., activités sociales).
- La volonté personnelle était un élément fréquemment soulevé, considéré comme essentiel à la réussite ou à la capacité de renoncer à ces habitudes, tandis que le manque de volonté était souvent cité comme la raison principale des rechutes, tant pour le tabac que pour le vapotage. Le renoncement au tabac ou au vapotage semble être une activité assez solitaire, et rares sont ceux qui ont déclaré avoir sollicité le soutien d'autres personnes (famille, amis, professionnels de la santé) dans le cadre de leur démarche. Pourtant, une des principales recommandations que les participants ont dit faire à d'autres personnes désireuses d'arrêter de fumer ou de vapoter était de faire appel à des soutiens extérieurs, plutôt que d'essayer d'y arriver par leurs propres moyens.

Un petit nombre de répondants avaient *commencé ou recommencé à fumer* (n = 7). Ceux-ci ont décrit divers éléments déclencheurs ou circonstances qui y ont conduit, notamment la tentation issue de pairs dans des contextes sociaux, l'accès facile aux cigarettes de membres de la famille et le stress ou l'anxiété.

Parmi les répondants qui avaient **recommencé à vapoter** (n = 3), deux l'ont fait pour réduire leur consommation de cigarettes et un l'a fait sur la recommandation d'un professionnel de la santé pour traiter un problème de santé non spécifié.

**Comparaisons entre l'usage du tabac et le vapotage :** les participants qui étaient des fumeurs actuels ou d'anciens fumeurs ont également été invités à comparer leurs expériences en matière de vapotage et d'usage du tabac.

Parmi ceux qui fument actuellement ou qui ont fumé par le passé, l'**usage du tabac** suscitait des sentiments contradictoires. D'une part, les cigarettes procuraient un soulagement du stress et un réconfort indiscutable,

certaines décrivant une réaction physique à la nicotine plus intense et d'une plus longue durée que dans le cas du vapotage. Parallèlement, ils éprouvaient souvent un sentiment de culpabilité en raison d'une conscience aiguë des conséquences négatives sur leur santé et d'expériences personnelles impliquant des effets secondaires tels que la toux, l'essoufflement et un sentiment de détresse.

Le **vapotage** était généralement décrit comme un substitut adéquat, mais imparfait, à la cigarette. Bien que le vapotage puisse procurer des sensations de détente et satisfaire un besoin de nicotine, il est perçu comme étant moins satisfaisant physiquement et émotionnellement que la cigarette. Il était clairement perçu comme une alternative plus saine à l'usage du tabac, tout en étant socialement plus acceptable, de sorte qu'il était souvent préféré pendant la journée, à l'intérieur et dans tout autre contexte où fumer n'est pas considéré comme approprié. Pour ces raisons, vapoter pourrait être qualifié de « choix rationnel » par opposition au choix plus « émotionnel » ou au plaisir coupable de fumer.

Malgré cette perception généralement positive du vapotage comme une option plus saine et dénuée d'une certaine culpabilité, des inquiétudes ont été exprimées quant aux effets à long terme qui en découlent, en raison de la teneur en nicotine de certains produits, et de la crainte de remplacer une mauvaise habitude (le tabac) par une autre (le vapotage).

**Saveurs de vapotage.** Le rôle des saveurs de vapotage n'a pas fait l'objet d'un consensus. Presque tous les participants ont utilisé des liquides de vapotage aromatisés, les saveurs de fruits étant les plus populaires, suivies de la menthe et de la vanille. Pour certains, ce sont les saveurs qui les ont rendus plus disposés à accepter le compromis en matière de satisfaction émotionnelle et physique par rapport à l'usage du tabac. Il a été reconnu que si les saveurs rendaient le vapotage agréable en tant que moyen d'arrêter de fumer, elles pouvaient également compliquer le renoncement ultérieur au vapotage. Cependant, peu de répondants estimaient que la disponibilité ou l'indisponibilité de certaines saveurs aurait une incidence sur leur décision personnelle de vapoter ou non. L'exception était ceux qui utilisaient exclusivement des liquides de vapotage à saveur de tabac, lesquels étaient plus susceptibles d'envisager de recommencer à fumer si cette saveur n'était plus disponible.

**Impact de la pandémie.** La pandémie de COVID-19 a exercé des effets variables sur les habitudes de vapotage et d'usage du tabac des participants. Pour certains participants, elle a facilité l'arrêt ou la diminution des habitudes de vapotage ou d'usage du tabac, souvent parce que les routines y étant associées avaient changé ou qu'ils ne se trouvaient plus dans des circonstances sociales favorisant l'usage de tels produits. D'autres ont vécu l'effet inverse, à savoir que la pandémie a occasionné une intensification des leurs habitudes de vapotage ou d'usage du tabac, soit en raison du stress y étant associé, soit parce qu'ils avaient davantage l'occasion de fumer ou de vapoter à la maison.

## Déclaration de neutralité politique et coordonnées

Par la présente, je certifie, en tant que cadre supérieur d'Environics, que les produits livrables sont entièrement conformes aux exigences du gouvernement du Canada en matière de neutralité politique, comme elles sont définies dans la Politique de communication du gouvernement du Canada et dans la Procédure de planification et d'attribution de marchés de services de recherche sur l'opinion publique. Plus particulièrement, les produits livrables ne font aucune mention des intentions de vote électoral, des préférences quant aux partis politiques, des positions des partis ou de l'évaluation de la performance d'un parti politique ou de son chef.



Sarah Robertson  
Vice-présidente, Affaires générales et publiques  
[sarah.roberton@environics.ca](mailto:sarah.roberton@environics.ca)  
613 699-6884

**Nom du fournisseur** : Environics Research Group

Numéro de contrat avec SPAC : HT372-204361/001/CY

Date du contrat original : 2021-02-03

Pour plus d'informations, veuillez contacter le ministère à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

# Introduction

## Contexte

La *Loi sur le tabac et les produits de vapotage* (LTPV) a été promulguée le 23 mai 2018 afin de réglementer la fabrication, la vente, l'étiquetage et la promotion des produits du tabac et des produits de vapotage vendus au Canada. La LTPV crée un nouveau cadre législatif pour réglementer les produits de vapotage afin de préserver les jeunes des incitations à l'usage du tabac et de la dépendance à la nicotine tout en permettant aux adultes d'accéder légalement aux produits de vapotage en tant qu'option moins nocive que le tabac. Cette loi s'applique à un vaste éventail de dispositifs et de substances, comme les liquides à vapoter, et couvre les produits de vapotage avec et sans nicotine. La loi contient des dispositions visant à interdire la vente et la promotion de tous les produits de vapotage aux personnes de moins de 18 ans, à interdire la promotion des arômes qui sont attrayants pour les jeunes, et à créer une autorité réglementaire afin d'ordonner l'affichage de mises en garde sur les dispositifs de vapotage et les emballages de recharge.

Un des grands objectifs de la politique d'autorisation des produits de vapotage sur le marché est d'offrir aux fumeurs des produits substitutifs contenant une forme moins nocive de nicotine. Actuellement, la transition entre les produits chez les personnes qui fument et qui vapotent est mal comprise sur le plan individuel.

Cette recherche visait à explorer les changements de comportement au fil du temps chez les personnes s'étant initialement identifiées comme vapoteurs réguliers, en mettant l'accent sur les « utilisateurs mixtes » (personnes qui fument et vapotent). Un sondage en ligne a été mené auprès des vapoteurs réguliers identifiés dans les vagues précédentes de recherche en ligne sur les vapoteurs (y compris ceux classés comme utilisateurs mixtes) afin de relever les changements dans leur consommation de nicotine : s'ils continuent à faire un usage mixte, s'ils ont cessé de fumer ou de vapoter, ou les deux. Les données de ce sondage permettront à Santé Canada de se doter d'une réponse politique, si nécessaire, pour amener les fumeurs à comprendre les avantages potentiels de passer complètement aux produits de vapotage (et éventuellement de cesser de vapoter et de consommer de la nicotine).

Par ailleurs, la recherche qualitative consécutive au sondage contribuera à élaborer la structure des prochaines vagues de cette recherche.

## Objectifs de la recherche

La recherche avait pour principal objectif de comprendre les habitudes d'utilisation des produits de vapotage au fil du temps sur le plan individuel. La recherche permettra de recueillir de l'information sur les attitudes et les comportements associés aux produits de vapotage chez les vapoteurs réguliers âgés de 15 ans et plus qui utilisent régulièrement de tels produits.

De façon plus précise, la recherche visait entre autres à :

1. mesurer les changements dans les habitudes d'utilisation des vapoteurs réguliers au fil du temps ;
2. comprendre les changements dans les habitudes des utilisateurs mixtes au fil du temps ;
3. mesurer le niveau de sensibilisation et de connaissances des Canadiens qui vapotent régulièrement en ce qui a trait aux produits de vapotage ;
4. recueillir de l'information sur les comportements associés aux produits de vapotage chez les Canadiens qui vapotent régulièrement, y compris en ce qui a trait à l'évolution des produits ;
5. recueillir de l'information sur les dispositifs et les liquides à vapoter actuellement utilisés par les vapoteurs canadiens.

6. Évaluer les options quant aux outils de recherche envisageables pour les prochaines vagues de cette recherche.

## À propos du rapport

Le présent rapport présente d'abord un résumé des principales constatations, suivi d'une analyse détaillée des résultats qualitatifs et données quantitatives s'y rattachant.

**Volet quantitatif.** Les résultats des vagues de 2019 et 2020 sont fournis à titre de comparaison. Aucune analyse statistique n'a été réalisée entre les vagues, puisque celles-ci n'avaient pas recours à un échantillon probabiliste. Les résultats de 2019 sont issus de la fusion des sondages de février et juin 2019 (qui constituaient des échantillons uniques), lesquels ont ensuite été filtrés pour n'inclure que les personnes ayant également participé à la vague 2020 (soit un total de 992 répondants). Aucun autre filtrage n'a été pratiqué sur les vagues de 2019 et 2020 afin que les répondants soient représentatifs de l'échantillon de 2021, dans la mesure où celui-ci comprend une combinaison de participants au sondage de 2020 ( $n = 295$ ) et au sondage de 2019 (répondants n'ayant pas participé en 2020 ;  $n = 42$ ). Bien que les échantillons pour les données antérieures de 2019 soient de plus petite taille, les résultats présentés sont basés sur un groupe de répondants plus cohérent.

La section 1A fait figure d'exception : elle explore explicitement les changements de comportement entre 2019 et 2021 pour les 337 répondants au sondage de 2021. Aux fins de cette section, les résultats des vagues précédentes ont été filtrés pour n'inclure que les 331 répondants de 2021.

Les répondants sont classés comme des **vapoteurs réguliers** (s'ils ont vapoté au moins une fois par semaine au cours des quatre semaines précédentes) ou comme des **non-vapoteurs**. Les répondants sont également regroupés selon leur statut de fumeur : fumeurs actuels (fumeurs quotidiens ou occasionnels, y compris les fumeurs expérimentaux qui n'ont commencé que récemment à fumer de façon régulière) ou non-fumeurs (qui ne fument pas actuellement). Les répondants qui correspondent aux profils de vapoteur régulier et de fumeur actuel sont classés comme utilisateurs mixtes. D'autres regroupements pertinents basés sur le comportement actuel et passé sont définis si nécessaire tout au long du rapport.

Puisque le présent rapport cible les différents sous-groupes de vapoteurs et de fumeurs et la façon dont leur comportement a changé depuis 2019, il s'avère peu utile de subdiviser davantage ces sous-groupes selon la région ou les caractéristiques démographiques des répondants (comme l'âge ou le sexe). Dans les cas où les sous-groupes sont comparés, seules les données de l'étude de 2021 sont présentées, à moins d'indication contraire. Les différences statistiquement significatives entre les sous-groupes sont présentées en gras lorsque notées. Les groupes d'âge présentés dans le rapport sont définis en fonction de l'âge des répondants à l'étude originale de 2019, sachant que ceux-ci sont de deux ans plus âgés qu'au moment de leur première participation. Les groupes d'âge correspondent aux jeunes (15-19 ans), aux jeunes adultes (20-24 ans) et aux adultes (25+). Cependant, en raison de la taille réduite de l'échantillon du sondage de 2021, les résultats relatifs aux jeunes et jeunes adultes ont été combinés. La taille des échantillons n'a pas permis de réaliser certaines analyses de sous-groupes présentées dans les vagues de recherche précédentes en 2021.

Un document distinct renferme pour sa part un ensemble de tableaux croisés présentant les résultats obtenus à toutes les questions, en fonction de segments de la population (y compris par région, caractéristique démographique et comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac). Dans l'analyse détaillée, chacun de ces tableaux est associé à une question du sondage.

Une description détaillée de la méthodologie utilisée pour mener à bien cette recherche est présentée à l'annexe A, tandis que les instruments de recherche se trouvent à l'annexe B et le guide de discussion sur les données qualitatives à l'annexe C.

*Dans le présent rapport, les résultats sont exprimés en pourcentage, à moins d'avis contraire. Les différences statistiquement significatives entre les groupes sont basées sur les résultats du test Z et sont indiquées en caractères gras. Lorsque la taille de l'échantillon est précisée dans les tableaux et les graphiques, la valeur représente le nombre réel de personnes ayant répondu à la question. Les résultats présentés sont issus de la vague de 2021, à moins d'indication contraire. Il est possible que la somme des résultats ne soit pas égale à 100 % en raison de l'arrondissement des nombres ou de réponses multiples. Il est également possible que les résultats nets mentionnés dans le texte ne correspondent pas exactement aux résultats individuels figurant dans les tableaux en raison de l'arrondissement. Les citations exprimées à l'origine en français ont été traduites en anglais pour le rapport en anglais, et vice versa.*

## I. Volet quantitatif – Résultats détaillés

### A. Statut de vapoteur et de fumeur

**Changement dans le statut de vapoteur.** Le sondage de 2021 a été réalisé au moyen d'un échantillon récurrent, un total de 337 anciens participants y ayant répondu. Le diagramme ci-dessous illustre le statut d'utilisation de la nicotine des participants au fil du temps, de l'étude de 2019, alors que tous les répondants étaient des vapoteurs réguliers, à 2021. Il est à noter que ce diagramme montre la progression spécifiquement pour les n = 337 répondants au sondage de 2021.

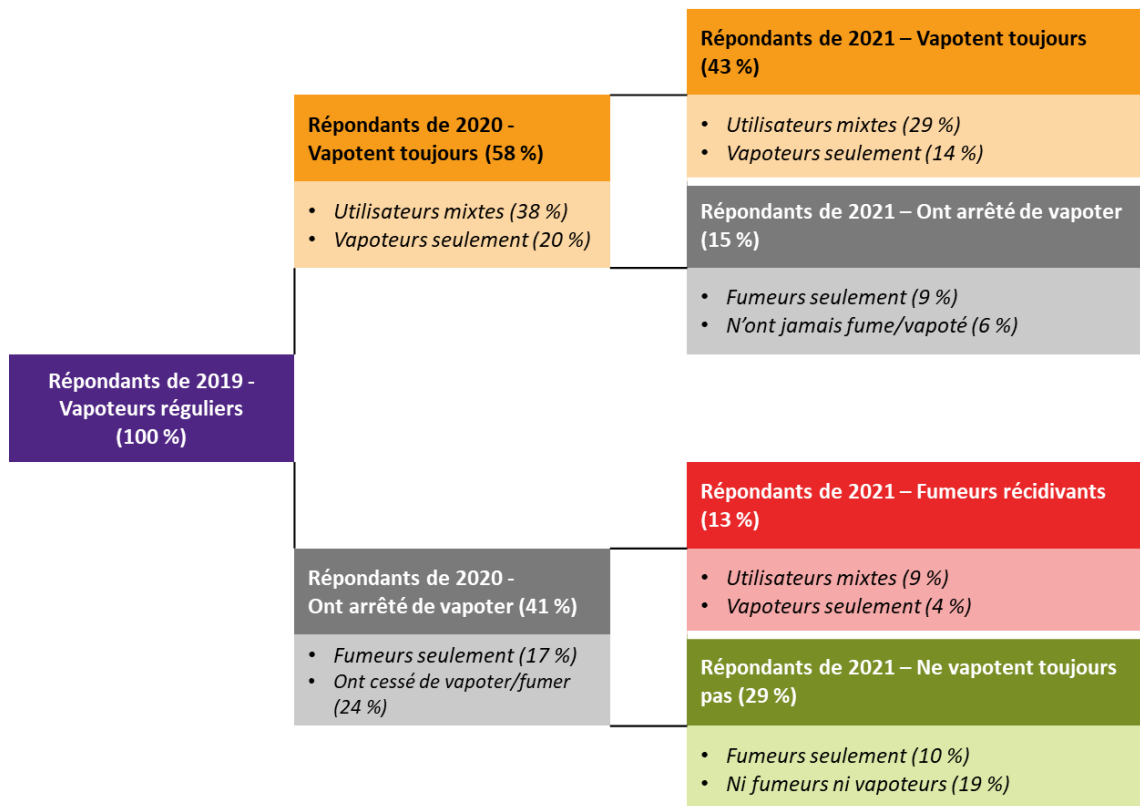
Parmi les personnes qui ont répondu à l'étude de 2021, quatre sur dix (43 %) vapotent toujours (c.-à-d. des vapoteurs réguliers lors de chaque vague de l'étude depuis 2019). Un autre 13 % sont des vapoteurs récidivants qui avaient déclaré avoir renoncé au vapotage en 2020, mais qui déclarent maintenant vapoter régulièrement à nouveau. Au total, 56 % sont considérés comme des vapoteurs réguliers en 2021, soit une baisse de deux points par rapport à 2020 (58 %).

Si l'on considère les personnes qui ne vapotent pas en 2021, on y trouve celles qui ont récemment cessé de vapoter depuis 2020 (15 %) et celles qui ont cessé de vapoter en 2020 et ne vapotent toujours pas régulièrement en 2021 (29 %). Ces deux groupes constituent les non-vapoteurs (44 %, comparativement à 41 % en 2020).

Bien que les proportions de vapoteurs réguliers et de non-vapoteurs sont relativement similaires à celles de 2020, on observe un certain degré de transition en termes de comportements d'abandon et de récidivants. Par exemple, les 15 % de personnes ayant récemment abandonné le vapotage sont presque entièrement contrebalancés par les 13 % de vapoteurs récidivants.

Bien que l'usage du tabac soit abordé de manière plus détaillée plus loin dans le rapport, il convient de noter ici que la proportion de fumeurs au sein de cet échantillon a connu une augmentation marginale, passant de 55 % en 2021 à 57 % (« utilisateurs mixtes » ou « fumeurs seulement »).

**Figure 1 : Changement dans le statut de vapoteur entre 2019 et 2021**



**Échantillon :** Tous les répondants en 2021 (n = 337)

Note : Le diagramme reflète la progression basée sur l'échantillon de 2021 uniquement, afin de faire ressortir une représentation longitudinale de ce groupe de répondants. Les proportions pour 2020 sont basées sur les personnes qui ont participé à l'étude de 2020 (n = 295). Celles qui n'ont pas participé à la vague de 2020 (n = 42) ont été directement transposées de 2019 à 2021.



**Statut de vapoteur et de fumeur en 2021.** Le tableau ci-dessous présente le statut définitif de vapoteur et de fumeur de tous les répondants. Les jeunes ou les jeunes adultes sont moins susceptibles d'être des utilisateurs mixtes (33 %) et plus susceptibles de ne pas vapoter ni fumer (38 %). En revanche, l'utilisation mixte est la plus élevée chez les 25-34 ans (63 %), tandis que la proportion de personnes ne s'adonnant ni à l'un ni à l'autre est la plus faible dans cette tranche d'âge (6 %). Les différences entre les groupes d'âge quant à la consommation de tabac ne sont pas statistiquement significatives.

**Tableau 1 : Statut de vapoteur et de fumeur selon l'âge**

Statut de vapoteur et de fumeur	Tous les répondants (2021)	15 à 24 ans (n = 37) <sup>1</sup>	25 à 34 ans (n = 44) <sup>1</sup>	35 à 59 ans (n = 189)	60 ans et plus (n = 67)
<b>Vapotent toujours (net)</b>	56 %	48 %	72 %	54 %	63 %
<i>Utilisateurs mixtes</i>	38 %	33 %	<b>63 %</b>	<b>39 %</b>	24 %
<i>Vapoteurs seulement</i>	18 %	15 %	9 %	15 %	<b>37 %</b>
<b>Ont cessé de vapoter (net)</b>	44 %	51 %	27 %	46 %	38 %
<i>Fumeurs seulement</i>	19 %	13 %	21 %	23 %	18 %
<i>Ni fumeurs ni vapoteurs</i>	25 %	<b>38 %</b>	6 %	<b>23 %</b>	<b>20 %</b>

**Échantillon :** Tous les répondants (n = 337)

<sup>1</sup>Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

Les groupes d'âge présentés dans le rapport sont définis en fonction de l'âge des répondants à l'étude originale de 2019, sachant que ceux-ci sont de deux ans plus âgés qu'au moment de leur première participation.

**Changement de statut.** Le changement de statut entre 2019 et 2021 parmi l'ensemble des répondants est illustré dans le tableau ci-dessous (tous les pourcentages sont indiqués par rapport à l'échantillon total de 337 répondants). Il est à noter que certains répondants n'ont pas participé à l'étude de 2020 (n = 42) ; leur statut de fumeur a été directement transposé de 2019 à 2021. Les trois vagues de l'étude ont donné lieu à quarante-huit dispositions possibles pour le statut définitif de fumeur et de vapoteur, assorties de transitions. Un tableau résumant ces quarante-huit dispositions est inclus dans l'annexe A.

Le tableau 2 regroupe ces dispositions en principaux groupes d'intérêt selon le type de transition (personnes ayant cessé de vapoter, vapoteurs récidivants, personnes ayant cessé de fumer, fumeurs récidivants ou nouveaux fumeurs) ou l'absence de transition. Dans certains cas, il est possible qu'un participant appartienne à plus d'une catégorie. Par exemple, une personne peut avoir recommencé à vapoter tout en ayant cessé de fumer. Il convient de noter qu'aucun nouveau vapoteur n'a été inclus dans cette recherche depuis la population de l'étude originale en 2019 ; toute modification des proportions au fil du temps doit être interprétée avec précaution, comme indiqué le cas échéant.

Dans l'ensemble, plus de six répondants sur dix (64 %) sont en situation de statu quo, à savoir qu'ils n'ont pas modifié leurs habitudes de vapotage et d'usage du tabac depuis 2020. Les 36 % restants ont connu au moins un type de transition :

- 15 % ont cessé de vapoter, alors que 12 % ont recommencé à vapoter, représentant une petite diminution nette du nombre de vapoteurs (-3 points de pourcentage).
- Quant à l'usage du tabac, 6 % des répondants ont cessé de fumer et 8 % ont soit recommencé à fumer (6 %) ou commencé à fumer pour la première fois (2 %), représentant un modeste gain net de fumeurs (+2 points).

Dans l'ensemble, moins de répondants ont signalé un changement de statut entre 2020 et 2021 (36 %) que l'année précédente (54 %).

**Tableau 2 : Transitions au fil du temps**

Statut de transition en 2021	Changement de 2019 à 2020 <sup>1</sup>	Changement de 2020 à 2021 <sup>2</sup>
<b>Toute transition</b>	<b>54 %</b>	<b>36 %</b>
Ont arrêté de vapoter	30 %	15 %
Vapoteurs récidivants	s.o.	12 %
<i>Changement net des habitudes de vapotage</i>	-30	-3
Ont cessé de fumer	11 %	6 %
Fumeurs récidivants	5 %	6 %
Nouveaux fumeurs	8 %	2 %
<i>Changement net des habitudes tabagiques</i>	+2	+2
<b>Aucune transition (statut inchangé)</b>	<b>46 %</b>	<b>64 %</b>

<sup>1</sup>Échantillon : Tous les répondants qui ont participé à l'étude de 2020 et 2021 (n = 295).

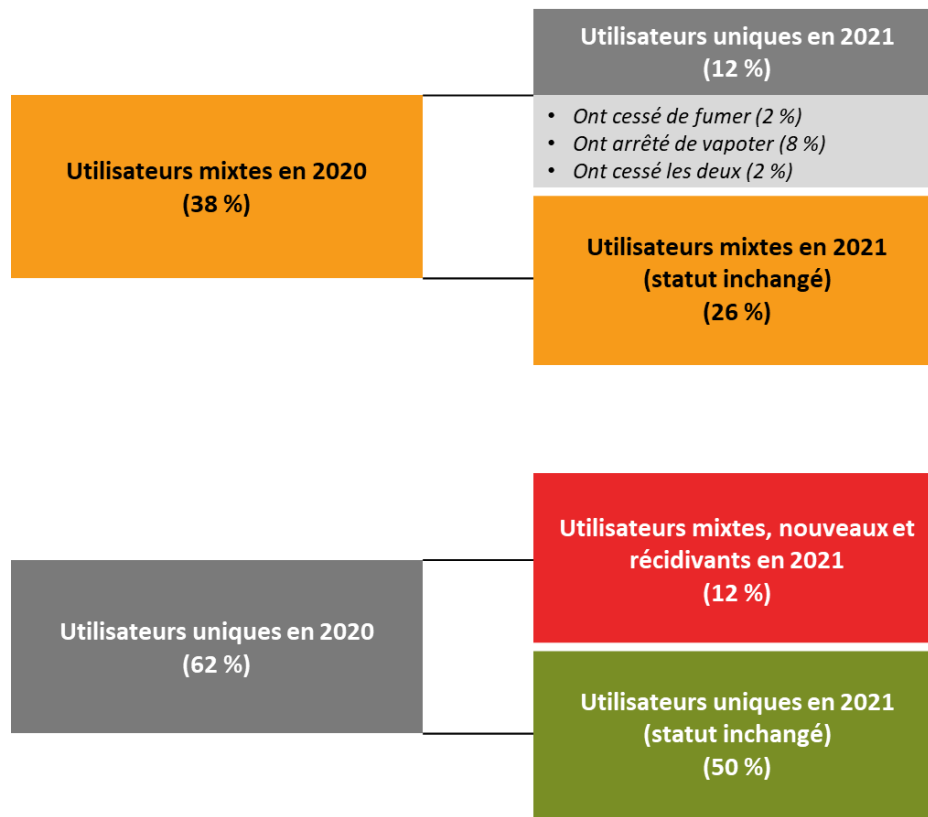
<sup>2</sup>Échantillon : Tous les répondants (n = 337). Comprend les répondants (n = 42) n'ayant pas participé à l'étude 2020, et ayant été directement transposés de 2019 à 2021.

## Groupes d'intérêt

Les répondants sont présentés selon les quatre principaux groupes cibles énoncés dans le résumé du rapport, qui intéressent tout particulièrement Santé Canada et dont les comportements (et les raisons qui les expliquent) doivent être mieux compris. Les résultats se rapportant à ces groupes sont analysés dans le reste du présent rapport, lorsque la taille des échantillons le permet.

- 1. Utilisateurs mixtes (38% des répondants) :** Cette recherche met particulièrement l'accent sur les utilisateurs mixtes qui fument et vapotent. En 2020, 38 % des répondants ont déclaré être des utilisateurs mixtes, et cette proportion reste constante en 2021 (38 %). Cette stabilité globale masque toutefois un changement entre 2020 et 2021. Pendant cette période, 12 % de l'échantillon total a cessé d'appartenir à la catégorie des utilisateurs mixtes, soit en abandonnant le tabac, soit en abandonnant le vapotage, soit les deux, et 12 % supplémentaires sont devenus des utilisateurs mixtes (nouveaux ou récidivants) en 2021. La figure 2 illustre les transitions de 2020 (ou 2019) à 2021, notamment dans le contexte des utilisateurs mixtes.

Figure 2 : Changement dans le statut d'utilisateur mixte entre 2020 et 2021



**Échantillon :** Tous les répondants en 2021 ( $n = 337$ )

*Note :* Le diagramme reflète la progression basée sur l'échantillon de 2021 uniquement, afin de faire ressortir une représentation longitudinale de ce groupe de répondants. Les proportions pour 2020 sont basées sur les personnes qui ont participé à l'étude de 2020 ( $n = 295$ ). Celles qui n'ont pas participé à la vague de 2020 ( $n = 42$ ) ont été directement transposées de 2019 à 2021.

- Ont arrêté de fumer (6 % des répondants) :** ce groupe est constitué de tous les répondants qui étaient fumeurs lors de la précédente vague d'étude en 2020 (ou en 2019, pour ceux qui n'ont pas répondu au sondage en 2020), mais qui ne sont plus des fumeurs réguliers. Le sous-échantillon de ce groupe cible ( $n = 26$ ) ne peut pas faire l'objet d'une analyse quantitative en raison de sa petite taille.
- Fumeurs récidivants (6 % des répondants) et nouveaux fumeurs (2 % des répondants) :** ces répondants étaient d'anciens fumeurs en 2019 qui ne fumaient pas en 2020, mais qui ont recommencé à fumer depuis. Les nouveaux fumeurs sont ceux qui n'avaient jamais fumé en 2019 et 2020, mais qui fument désormais. Les échantillons étant de petite taille ( $n = 25$  fumeurs récidivants et  $n = 6$  nouveaux fumeurs), les deux groupes ont été combinés pour en faciliter l'analyse.
- Ont arrêté de vapoter (15 % des répondants) :** ces répondants vapotaient en 2020 (ou en 2019, pour ceux qui n'ont pas participé à l'étude de 2020), mais ne vapotent plus régulièrement en 2021. Ce groupe comprend certains fumeurs actuels qui ont arrêté de vapoter, mais continuent de fumer (2 %).

**Groupes d'intérêt en fonction de leurs caractéristiques démographiques.** Le tableau suivant présente le profil des membres des différents groupes d'intérêt en fonction de l'âge, du sexe et du niveau de scolarité. Les profils des groupes cibles sont comparables, les utilisateurs mixtes se situant plutôt dans la tranche d'âge des 25-34 ans.

Tableau 3 : Caractéristiques démographiques par groupe d'intérêt

Profil démographique	Total en 2021	Utilisateurs mixtes	Vapoteurs réguliers	Fumeurs actuels	Nouveaux fumeurs et fumeurs récidivants	Ont arrêté de vapoter
<i>Taille du sous-échantillon</i>	<i>n = 337</i>	<i>n = 135</i>	<i>n = 188</i>	<i>n = 208</i>	<i>n = 31<sup>1</sup></i>	<i>n = 56<sup>1</sup></i>
<b>Âge</b>						
15-24	31 %	27 %	27 %	25 %	32 %	25 %
25-34	11 %	<b>18 %</b>	14 %	16 %	23 %	15 %
35-59	43 %	44 %	40 %	47 %	37 %	46 %
60+	16 %	10 %	19 %	12 %	8 %	14 %
<b>Sexe</b>						
Hommes	60 %	61 %	56 %	60 %	62 %	69 %
Femmes	40 %	39 %	44 %	40 %	38 %	31 %
<b>Scolarité</b>						
Études secondaires ou moins	26 %	18 %	24 %	17 %	7 %	10 %
Collège/cégep, études universitaires inférieures au baccalauréat	41 %	<b>50 %</b>	43 %	49 %	43 %	<b>53 %</b>
Baccalauréat	24 %	24 %	25 %	26 %	38 %	27 %
Études supérieures	8 %	7 %	7 %	7 %	9 %	9 %

**Échantillon** : Tous les répondants (n = 337)

<sup>1</sup>Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon. Les groupes d'âge présentés dans le rapport sont définis en fonction de l'âge des répondants à l'étude originale de 2019, sachant que ceux-ci sont de deux ans plus âgés qu'au moment de leur première participation.

## B. Précisions relatives au vapotage

### Habitudes de vapotage

*Les trois quarts des vapoteurs réguliers ont utilisé des liquides avec nicotine au cours des 30 derniers jours. L'utilisation quotidienne est plus fréquente chez les personnes utilisant des produits avec nicotine que chez celles utilisant des produits sans nicotine.*

Un peu plus de la moitié (56 %) des répondants de l'échantillon récurrent de 2021 sont des vapoteurs réguliers ; les trois quarts de ces vapoteurs (78 %) ont vapoté des liquides contenant de la nicotine au cours des 30 derniers jours. Ces résultats rejoignent ceux de 2020, bien qu'une plus grande proportion de répondants déclarent n'utiliser que des liquides avec nicotine par rapport à 2020 (+10 points) et que moins de répondants déclarent utiliser à la fois des liquides avec et sans nicotine (-8 points). S'agissant du vapotage avec ou sans nicotine, les utilisateurs mixtes partagent généralement les mêmes habitudes que les vapoteurs qui ne font que vapoter, mais ils sont plus susceptibles de déclarer utiliser les deux types de liquide (15 % comparativement à 3 %).

**Tableau 4 : Teneur en nicotine des liquides vapotés au cours des 30 derniers jours (suivi)**

Q1. Lesquelles des activités suivantes avez-vous effectuées au cours des 30 derniers jours?	Total en 2019 (n = 992)	Vapoteurs réguliers en 2020 (n = 593)	Vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 123)	Vapoteurs seulement en 2021 (n = 65)
Ont vapoté des liquides avec nicotine (net)	63 %	76 %	78 %	78 %	73 %
<i>Ont vapoté des liquides avec nicotine seulement au cours des 30 derniers jours</i>	48 %	56 %	66 %	63 %	70 %
<i>Ont vapoté les deux types de liquide au cours des 30 derniers jours</i>	15 %	20 %	12 %	<b>15 %</b>	3 %
Ont vapoté des liquides sans nicotine seulement au cours des 30 derniers jours	25 %	18 %	15 %	14 %	17 %
Incertain(e)	11 %	6 %	9 %	11 %	9 %

**Échantillon :** Tous les répondants (n = 337)

Les vapoteurs réguliers devaient indiquer à quelle fréquence ils vapotent des liquides avec et sans nicotine. Les vapoteurs réguliers déclarent utiliser plus fréquemment des liquides avec nicotine (59 %) que des liquides sans nicotine (40 %), ce qui correspond à la tendance observée lors des vagues précédentes de l'étude. On constate également une augmentation de l'utilisation quotidienne de produits avec nicotine (+7 points) et sans nicotine (+5). À l'inverse, vapoter des liquides sans nicotine est plus souvent pratiqué de manière occasionnelle (c.-à-d. pas quotidiennement ; 60 % comparativement à 41 %), une tendance constatée dans les vagues précédentes. Autre élément intéressant, l'utilisation occasionnelle de liquides avec ou sans nicotine a diminué (-8 points et -6 points, respectivement). Ainsi, les données semblent indiquer une tendance vers le vapotage quotidien, qui pourrait toutefois être influencée par des taux d'attrition différents (c.-à-d. que les vapoteurs quotidiens pourraient être plus susceptibles de continuer à vapoter alors que les vapoteurs occasionnels pourraient être plus susceptibles d'arrêter).

Tableau 5. Fréquence du vapotage selon la teneur en nicotine des liquides au cours des 30 derniers jours

Q3., Q4. et Q5. Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté <TYPE DE LIQUIDE> au cours des 30 derniers jours?	Avec nicotine			Sans nicotine		
	2019 (n = 641)	2020 (n = 447)	2021 (n = 148)	2019 (n = 383)	2020 (n = 221)	2021 (n = 51) <sup>1</sup>
J'en ai vapoté tous les jours	49 %	52 %	59 %	26 %	35 %	40 %
J'en ai vapoté au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	47 %	47 %	37 %	64 %	59 %	52 %
J'en ai vapoté moins d'une fois par semaine, mais au moins une fois dans les 30 derniers jours	4 %	2 %	4 %	10 %	7 %	8 %

*Échantillon* : Vapoteurs réguliers qui utilisent chaque type de liquides

### Marque du dispositif de vapotage actuel

*Juul continue d'être la marque de dispositif la plus couramment utilisée ; un quart des répondants ne pouvaient pas nommer la marque de dispositif qu'ils utilisent.*

Juul continue d'être la marque de dispositif la plus souvent mentionnée par les vapoteurs réguliers (24 %), bien que cette proportion ait diminué depuis 2020 (baisse de 10 points), tandis qu'une plus grande proportion mentionne d'autres marques (27 %, hausse de 6 points). À l'instar de 2020, un vapoteur régulier sur quatre (27 %) n'est pas certain de la marque du dispositif qu'il utilise actuellement.

Tableau 6 : Marque du dispositif utilisé actuellement

Q9A. Quelle marque de dispositif de vapotage utilisez-vous actuellement? (Principales réponses)	Tous les vapoteurs réguliers en 2020 (n = 593)	Tous les vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 128)	Vapoteurs seulement en 2021 (n = 60)	25 à 34 ans (n = 50) <sup>1</sup>	2021 35 ans et plus (n = 138)
Juul	34 %	24 %	26 %	21 %	31 %	19 %
Vype/Vuse	8 %	8 %	8 %	6 %	3 %	11 %
Aspire	8 %	6 %	4 %	11 %	2 %	9 %
Smok	6 %	5 %	3 %	10 %	0 %	9 %
Produit de tabac chauffé	4 %	6 %	8 %	2 %	5 %	7 %
Autre	21 %	27 %	17 %	18 %	22 %	14 %
Incertain(e)	26 %	27 %	29 %	21 %	34 %	21 %

*Échantillon* : Vapoteurs réguliers qui utilisent chaque type de liquides

<sup>1</sup>Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

Parmi les répondants qui ne connaissent pas la marque du dispositif qu'ils utilisent, les dispositifs dotés de cartouches préremplies et ceux dotés d'un réservoir à remplir suscitent une popularité similaire.

**Tableau 7 : Type de dispositif de vapotage utilisé actuellement**

Q6. Laquelle des images suivantes représente le mieux le dispositif de vapotage que vous utilisez actuellement?	Vapoteurs réguliers qui ignorent la marque de leur dispositif en 2020 (n = 104)	Vapoteurs réguliers qui ignorent la marque de leur dispositif en 2021 (n = 31) <sup>1</sup>
Dispositif de vapotage avec cartouches préremplies ou dosettes pouvant être remplacées	40 %	47 %
Dispositif de vapotage doté d'un réservoir que vous remplissez de liquide (p. ex., cigarettes électroniques modifiées ou « mods »)	70 %	45 %
Dispositif de vapotage jetable, c'est-à-dire non remplissable ou rechargeable (p. ex., similibigarettes)	16 %	11 %
Autre type de dispositif de vapotage n'apparaissant pas ici	S.O.	4 %

*Échantillon* : Vapoteurs réguliers qui n'ont pas été en mesure de nommer la marque du dispositif qu'ils utilisent

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

### Somme dépensée pour des dispositifs et des liquides

*Les sommes dépensées en moyenne par mois pour des dispositifs et des liquides de vapotage sont moins élevées que lors des vagues précédentes, s'élevant à 40 \$ pour des dispositifs ou des composants et 46 \$ pour des liquides.*

Les sommes que déclarent dépenser mensuellement les vapoteurs réguliers pour l'achat de dispositifs et de liquides de vapotage sont plus faibles qu'en 2019 et 2020. La raison de ce changement n'est pas claire, mais pourrait être liée à l'impact économique de la pandémie (c.-à-d. moins de dépenses discrétionnaires) ou aux restrictions de la pandémie autour des achats. Les vapoteurs réguliers dépensent le plus souvent entre 21 \$ et 50 \$ par mois pour des dispositifs (26 %) et des dosettes ou des liquides (26 %).

**Tableau 8 : Dépenses mensuelles pour des dispositifs et des liquides**

Q12A. et Q12B. Quelle somme dépensez-vous au cours d'un mois normal pour des dispositifs et des dosettes ou des liquides de vapotage?	Dispositifs et composants			Liquides		
	2019* (n = 412)	2020 (n = 593)	2021 (n = 188)	2019* (n = 412)	2020 (n = 593)	2021 (n = 188)
0 \$	11 %	13 %	7 %	1 %	1 %	1 %
Moins de 10 \$	3 %	2 %	6 %	3 %	1 %	5 %
De 10 à 20 \$	11 %	13 %	13 %	18 %	13 %	17 %
De 21 à 50 \$	18 %	23 %	26 %	34 %	37 %	26 %
De 51 à 99 \$	9 %	9 %	4 %	11 %	12 %	10 %
100 \$ et plus	12 %	12 %	7 %	9 %	10 %	11 %
Je ne sais pas	36 %	29 %	38 %	23 %	25 %	30 %
Moy.	55,25 \$	52,85 \$	40,02 \$	52,29 \$	51,52 \$	46,03 \$

*Échantillon* : Vapoteurs réguliers

*\*Remarque* : Cette question a été posée en février 2019 seulement

## Utilisation de liquides de vapotage

*Comme par le passé, les vapoteurs réguliers déclarent diverses teneurs en nicotine dans les produits qu'ils utilisent le plus fréquemment*

Les vapoteurs réguliers devaient révéler la teneur en nicotine des produits de vapotage qu'ils utilisent le plus fréquemment. Un quart d'entre eux (23 %) n'ont pas du tout utilisé de liquide contenant de la nicotine au cours des 30 derniers jours. Parmi ceux qui utilisent des produits contenant de la nicotine, des teneurs inférieures à 10 mg/ml sont le plus souvent mentionnées (21 %). Les teneurs sont le plus souvent mentionnées en mg/ml plutôt qu'en pourcentage. Les choix quant à la teneur en nicotine sont similaires à ceux de 2020. On ne constate aucune différence statistiquement significative entre les utilisateurs mixtes et ceux qui vapotent seulement.

**Tableau 9 : Teneur en nicotine la plus souvent utilisée actuellement**

Q10. Quelle est la teneur en nicotine des cigarettes électroniques, des cartouches, des dosettes ou des liquides de vapotage que vous utilisez actuellement?	Tous les vapoteurs réguliers en 2020 (n = 593)	Tous les vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 128)	Vapoteurs seulement en 2021 (n = 60)
<b>Pourcentage</b>				
Moins de 2 %	4 %	3 %	3 %	2 %
2 % à 4,9 %	10 %	12 %	8 %	20 %
5 % ou plus	5 %	5 %	7 %	0 %
<b>mg/ml</b>				
Moins de 10 mg/ml	19 %	21 %	20 %	22 %
10 à 19 mg/ml	16 %	14 %	18 %	7 %
20 à 29 mg/ml	10 %	7 %	6 %	8 %
30 à 39 mg/ml	4 %	2 %	2 %	2 %
40 mg/ml ou plus	1 %	2 %	1 %	5 %
Aucune / Je ne vapote pas de liquides avec nicotine	24 %	23 %	22 %	23 %
Incertain(e)	7 %	13 %	13 %	11 %

*Échantillon : Vapoteurs réguliers*



## Préférences en matière de liquide

*Chez les vapoteurs réguliers, la préférence pour les liquides de vapotage à saveur de tabac s'est accrue et s'apparente maintenant à celle des saveurs de fruits, suivie du menthol.*

Les trois principaux choix de saveurs de vapotage signalés en 2021 restent dans la même veine que ceux de 2019 et 2020. Le tabac est toutefois plus fréquemment mentionné que lors des vagues précédentes (27 % contre 15 % à 17 %), et fait désormais jeu égal avec les saveurs de fruits (25 %), tandis que le menthol complète le trio de tête (14 %). Les saveurs de fruits (33 %) sont le premier choix des vapoteurs de moins de 35 ans, suivis de près par le tabac (30 %). Les vapoteurs qui ne fument pas choisissent le plus souvent le tabac (44 %) comme saveur de prédilection, comparativement aux utilisateurs mixtes (19 %). Les utilisateurs mixtes préfèrent le plus souvent les saveurs de fruits (25 %). Les anciens fumeurs qui vapotent encore ont une préférence particulièrement marquée pour la saveur du tabac (46 %).

**Tableau 10 : Saveur de liquide de vapotage préférée en fonction de l'âge**

Q12. Quelle saveur préférez-vous vapoter?	Ensemble des vapoteurs réguliers en 2019 (n = 412)*	Ensemble des vapoteurs réguliers en 2020 (n = 593)	Ensemble des vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 128)	Vapoteurs seulement en 2021 (n = 60)
Saveur de tabac	15 %	17 %	27 %	19 %	<b>44 %</b>
Fruits	29 %	28 %	25 %	25 %	25 %
Menthe/menthol	14 %	18 %	14 %	14 %	13 %
Saveur florale/herbacée	3 %	3 %	6 %	9 %	-
Sans saveur/aucune saveur dans la description	3 %	2 %	5 %	5 %	5 %
Café/thé	6 %	6 %	3 %	5 %	1 %
Bonbons/confiseries	7 %	6 %	3 %	4 %	1 %
Saveur de cannabis/marijuana	2 %	3 %	2 %	4 %	-
Boissons gazeuses	5 %	4 %	2 %	2 %	2 %
Barbe à papa	5 %	2 %	2 %	3 %	-
Dessert	4 %	3 %	2 %	2 %	2 %
Biscuits	2 %	<1 %	2 %	3 %	-
Alcool	3 %	2 %	2 %	2 %	1 %
Boissons énergisantes	1 %	1 %	1 %	2 %	-
Céréales	1 %	1 %	0 %	0 %	-
Autre	1 %	1 %	3 %	1 %	6 %

*Échantillon : Vapoteurs réguliers*

*\*Remarque : Cette question a été posée en février 2019 seulement*

*<sup>1</sup>Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.*

## Importance du vapotage et de l'usage du tabac

*La plupart des fumeurs et des vapoteurs continuent de considérer ces activités comme aussi importantes dans leur quotidien.*

Les vapoteurs réguliers et les fumeurs actuels devaient indiquer dans quelle mesure le vapotage et l'usage du tabac (respectivement) sont importants pour eux au quotidien. Le vapotage (67 %) et l'usage du tabac (67 %) sont considérés comme étant d'importance similaire par leurs utilisateurs respectifs, et les utilisateurs mixtes ne privilégient pas une activité/substance par rapport à une autre (65 % pour le vapotage et 63 % pour l'usage du tabac).

Par rapport à 2020, parmi ceux qui vapotent seulement, on observe une augmentation notable de 10 points de la proportion de ceux qui estiment que le vapotage est important pour eux (70 % en 2021 contre 60 % en 2020). On observe une augmentation similaire de la proportion de répondants qui déclarent que l'usage du tabac est important parmi ceux qui fument seulement (augmentation de 8 points pour un total de 74 %). Il est probable que les personnes qui accordent moins d'importance au vapotage ou à l'usage du tabac soient plus susceptibles d'y renoncer ou de devenir des utilisateurs mixtes au fil du temps.

**Tableau 11 : Importance du vapotage au quotidien**

Q43A. En général, dans quelle mesure chacune des activités suivantes est-elle importante pour vous au quotidien?	Vapotage : Importante (net)	
	2020	2021
Tous les vapoteurs réguliers (2020 n = 593, 2021 n = 188)	64 %	67 %
Vapoteurs seulement (2020 n = 209, 2021 n = 60)	60 %	70 %
Utilisateurs mixtes (2020 n = 384, 2021 n = 128)	67 %	65 %

*Échantillon : Vapoteurs réguliers*

**Tableau 12 : Importance de l'usage du tabac au quotidien**

Q43A. En général, dans quelle mesure chacune des activités suivantes est-elle importante pour vous au quotidien?	Usage du tabac : Importante (net)	
	2020	2021
Tous les fumeurs actuels (2020 n = 616, 2021 n = 208)	63 %	67 %
Fumeurs seulement (2020 n = 232, 2021 n = 70)	66 %	74 %
Utilisateurs mixtes (2020 n = 384, 2021 n = 128)	62 %	63 %

*Échantillon : Fumeurs actuels*

## Jugements négatifs

*Comme par le passé, les fumeurs disent avoir l'impression que leur comportement est jugé négativement plus souvent que les vapoteurs réguliers.*

Les vapoteurs réguliers et les fumeurs actuels devaient aussi indiquer la fréquence à laquelle ils ont l'impression que les autres les jugent négativement quand ils vapotent ou fument. Une majorité de répondants dans les deux cas disent se sentir jugés parfois ou souvent, mais de telles perceptions sont plus répandues chez les fumeurs (74 %) que chez les vapoteurs (58 %). Cette tendance se confirme également chez les utilisateurs mixtes, qui se sentent davantage jugés lorsqu'ils fument (74 %) que lorsqu'ils vapotent (60 %). Ces proportions sont cohérentes avec les perceptions de préjugés constatés en 2020.

**Tableau 13 : Sentiment de jugement négatif à l'égard du vapotage**

Q43B. À quelle fréquence avez-vous l'impression que les autres vous jugent négativement quand vous vapoter?	Vapotage : Souvent/parfois (net)	
	2020	2021
Tous les vapoteurs réguliers (2020 n = 593, 2021 n = 188)	57 %	58 %
Vapoteurs seulement (2020 n = 209, 2021 n = 60)	53 %	52 %
Utilisateurs mixtes (2020 n = 384, 2021 n = 128)	60 %	60 %

*Échantillon : Vapoteurs réguliers*

**Tableau 14 : Sentiment de jugement négatif à l'égard de l'usage du tabac**

Q43B. À quelle fréquence avez-vous l'impression que les autres vous jugent négativement quand vous fumer?	Usage du tabac : Souvent/parfois (net)	
	2020	2021
Tous les fumeurs actuels (2020 n = 616, 2021 n = 208)	75 %	74 %
Fumeurs seulement (2020 n = 232, 2021 n = 70)	77 %	75 %
Utilisateurs mixtes (2020 n = 384, 2021 n = 128)	73 %	74 %

*Échantillon : Fumeurs actuels*

## Perception des effets nocifs

*En général, les cigarettes continuent d'être perçues comme les plus nocives pour la santé, suivies des produits de vapotage avec nicotine, la moitié des répondants considérant également les produits de vapotage sans nicotine comme nocifs.*

La nocivité perçue à l'égard des cigarettes et du vapotage est comparable à celle de 2019 et 2020, une distinction claire étant faite entre les trois types de produits considérés. La moitié (50 %) des répondants considèrent que les produits de vapotage sans nicotine sont très ou assez nocifs. Cette proportion passe à trois quarts pour les produits de vapotage avec nicotine (74 %) et à près de neuf sur dix (86 %) pour les cigarettes.

**Tableau 15 : Perception des effets nocifs 2019, 2020, 2021**

Q18. À votre avis, dans quelle mesure chacun des produits suivants est-il nocif, s'il y a lieu, pour la santé de la personne qui l'utilise?	Produits de vapotage AVEC nicotine			Produits de vapotage SANS nicotine			Cigarettes		
	2019* (n = 580)	2020 (n = 992)	2021 (n = 337)	2019* (n = 580)	2020 (n = 992)	2021 (n = 337)	2019* (n = 580)	2020 (n = 992)	2021 (n = 337)
<b>Nocif (net)</b>	72 %	77 %	74 %	33 %	49 %	50 %	90 %	89 %	86 %
<i>Très nocif</i>	23 %	30 %	32 %	6 %	14 %	14 %	68 %	66 %	65 %
<i>Plutôt nocif</i>	49 %	47 %	42 %	27 %	35 %	36 %	22 %	23 %	21 %
<b>Pas nocif (net)</b>	26 %	20 %	22 %	61 %	47 %	45 %	9 %	10 %	11 %
<i>Pas très nocif</i>	21 %	15 %	17 %	43 %	33 %	30 %	6 %	7 %	8 %
<i>Pas du tout nocif</i>	5 %	5 %	5 %	19 %	14 %	14 %	3 %	3 %	4 %
Incertain(e)	2 %	3 %	4 %	6 %	4 %	5 %	1 %	1 %	3 %

**Échantillon :** Tous les répondants

**\*Remarque :** Cette question a été posée en juin 2019 seulement.

Les perceptions des effets nocifs des produits de vapotage contenant de la nicotine et des cigarettes sont plus courantes chez les personnes ayant arrêté de vapoter régulièrement que chez les vapoteurs réguliers et les fumeurs actuels.

**Tableau 16 : Nocivité perçue en fonction du statut de vapoteur**

Q18. À votre avis, dans quelle mesure chacun des produits suivants est-il nocif, s'il y a lieu, pour la santé de la personne qui l'utilise? (% très nocif)	Vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Non-vapoteurs en 2021 (n = 149)	Fumeurs actuels en 2021 (n = 208)
Produits de vapotage AVEC nicotine	16 %	<b>49 %</b>	22 %
Produits de vapotage SANS nicotine	11 %	18 %	11 %
Cigarettes	59 %	<b>72 %</b>	50 %

**Échantillon :** Tous les répondants

## Arrêt ou réduction de la fréquence du vapotage

*Une majorité de vapoteurs réguliers ont tenté de réduire la fréquence de leur vapotage un moment donné, tandis que près de la moitié ont tenté d'arrêter complètement de vapoter.*

Près de la moitié des vapoteurs réguliers (47 %) disent qu'ils tentent actuellement (26 %) ou qu'ils ont déjà tenté d'arrêter de vapoter (21 %). La plupart des vapoteurs réguliers (59 %) tentent actuellement de réduire la fréquence de leur vapotage (39 %) ou ont déjà tenté de le faire (20 %). Cela concorde avec les chiffres de 2020.

**Tableau 17 : Tentatives d'arrêter de vapoter ou de réduire la fréquence du vapotage chez les vapoteurs réguliers**

Q13. Essayez-vous actuellement ou avez-vous déjà essayé...?	D'arrêter de vapoter			De réduire la fréquence de votre vapotage		
	2019 (n = 992)	2020 (n = 593)	2021 (n = 188)	2019 (n = 992)	2020 (n = 593)	2021 (n = 188)
Déjà essayé ( <b>net</b> )*	21 %	48 %	47 %	42 %	64 %	59 %
<i>J'essaie actuellement</i>	s.o.	24 %	26 %	s.o.	39 %	39 %
<i>J'ai déjà essayé (mais pas actuellement)</i>	s.o.	24 %	21 %	s.o.	25 %	20 %
Je n'ai jamais essayé	75 %	50 %	46 %	55 %	33 %	35 %
Incertain(e)	4 %	2 %	6 %	3 %	2 %	7 %

**Échantillon :** Vapoteurs réguliers

**Remarque :** En 2019, les répondants devaient seulement indiquer s'ils avaient déjà essayé d'arrêter de vapoter à un moment ou à un autre.

Un vapoteur sur cinq (21 %) qui essaie actuellement d'arrêter de vapoter déclare être très déterminé dans sa tentative ; un peu plus de la moitié (54 %) sont plutôt déterminés. Au total, la proportion des répondants qui déclarent essayer sérieusement d'arrêter de vapoter a connu un recul de 15 points par rapport à 2020. Il s'agit peut-être d'une question d'attrition au fil du temps, possiblement parce que les personnes les plus déterminées dans leur tentative sont moins susceptibles de vapoter un an plus tard.

**Tableau 18 : Détermination dans les tentatives d'arrêter de vapoter**

Q14. Quel est votre niveau de détermination dans votre tentative actuelle d'arrêter de vapoter?	2020 (n = 143)	2021 (n = 42) <sup>1</sup>
Déterminé(e) ( <b>net</b> )	90 %	75 %
<i>Très déterminé(e)</i>	38 %	21 %
<i>Plutôt déterminé(e)</i>	52 %	54 %
Peu déterminé(e)	9 %	22 %
Pas du tout déterminé(e)	1 %	1 %

**Échantillon :** Vapoteurs réguliers qui essaient actuellement d'arrêter de vapoter

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

Les gommes ou les pastilles à la nicotine restent les types d'outils de renoncement au tabac les plus utilisés par ceux qui essaient actuellement d'arrêter de vapoter, comme l'ont déclaré 30 % des vapoteurs réguliers qui essaient de cesser de vapoter en 2021. Également en accord avec les chiffres de 2020, un répondant sur quatre (24 %) tente d'arrêter de vapoter sans recourir à un quelconque outil de renoncement. Un répondant sur cinq (20 %) dit utiliser du cannabis pour l'aider à arrêter de vapoter, une proportion en hausse par rapport à 2020.

**Tableau 19 : Méthodes utilisées pour arrêter de vapoter**

Q15. Lesquels des moyens suivants, s'il y a lieu, utilisez-vous pour vous aider à arrêter de vapoter?	2020 (n = 143)	2021 (n = 42) <sup>1</sup>
Gommes ou pastilles à la nicotine	31 %	30 %
Cannabis	12 %	20 %
Timbres à la nicotine	17 %	17 %
Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)	12 %	12 %
Acupuncture	12 %	9 %
Autres traitements de remplacement de la nicotine	3 %	7 %
Livres de croissance personnelle	13 %	6 %
Counseling	12 %	3 %
Hypnose	5 %	3 %
Ligne téléphonique pour le renoncement au tabac	4 %	2 %
Autre	5 %	4 %
Rien	27 %	24 %
Incertain(e)	1 %	1 %

**Échantillon :** Vapoteurs réguliers qui essaient actuellement d'arrêter de vapoter

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

Les répondants qui n'essaient pas actuellement d'arrêter de vapoter ont également été invités à dire s'ils envisageaient de le faire et à quel moment ils comptaient le faire. Si l'on tient compte de ceux qui essaient actuellement d'arrêter, le tableau ci-dessous présente un résumé des intentions d'arrêt de tous les vapoteurs réguliers. Au total, les deux tiers (66 %) des vapoteurs réguliers essaient actuellement d'arrêter de vapoter (26 %) ou ont l'intention de le faire (40 %), des chiffres en phase avec ceux de 2020. On ne constate aucune différence statistiquement significative quant aux intentions d'arrêter de vapoter entre les utilisateurs mixtes et ceux qui vapotent seulement.

Tableau 20 : Intentions d'arrêter de vapoter

Q13. Essayez-vous actuellement ou avez-vous déjà essayé d'arrêter de vapoter? Q16. Prévoyez-vous arrêter de vapoter?	Vapoteurs réguliers en 2020 (n = 593)	Vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 128)	Vapoteurs seulement en 2021 (n = 60)
Oui, je prévois arrêter ( <b>net</b> )	70 %	66 %	64 %	69 %
<i>Oui, j'essaie actuellement d'arrêter</i>	24 %	26 %	30 %	18 %
<i>Oui, dans le prochain mois</i>	3 %	2 %	1 %	4 %
<i>Oui, dans les 6 prochains mois</i>	11 %	8 %	8 %	8 %
<i>Oui, dans la prochaine année</i>	11 %	9 %	10 %	8 %
<i>Oui, dans plus d'un an</i>	5 %	1 %	1 %	0 %
<i>Oui, je prévois arrêter de vapoter, mais je ne sais pas quand</i>	17 %	19 %	14 %	31 %
Non, je ne prévois pas arrêter de vapoter	19 %	22 %	21 %	22 %
Incertain(e)	11 %	13 %	14 %	9 %

*Échantillon : Vapoteurs réguliers*

Parmi les vapoteurs réguliers qui disent ne pas avoir l'intention d'arrêter de vapoter, près de la moitié (46 %) citent leur plaisir à vapoter comme raison. Près d'un sur cinq (17 %) déclare que le fait de vapoter l'aide à arrêter de fumer et près d'un sur dix recourt au vapotage pour se détendre (12 %). Ces chiffres sont généralement cohérents avec ceux de 2020, bien que la proportion des répondants qui déclarent que cela les aide à arrêter de fumer ou qui sont incertains ait respectivement augmenté de 4 et 7 points.

**Tableau 21 : Raisons de ne pas prévoir arrêter de vapoter**

Q17. Vous avez indiqué ne pas prévoir arrêter de vapoter. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous envisagez de continuer de vapoter?	Vapoteurs réguliers en 2020 (n = 120)	Vapoteurs réguliers en 2021 (n = 44) <sup>1</sup>
J'aime vapoter / je me sens bien	52 %	46 %
Cela m'aide à arrêter de fumer	13 %	17 %
Efficace pour relaxer / diminuer le stress	12 %	12 %
C'est meilleur pour la santé que de fumer / il n'y a aucun signe d'effet nocif	16 %	7 %
Cela coûte moins cher que le fait de fumer	2 %	6 %
L'odeur n'est pas désagréable	3 %	2 %
La saveur/le goût me plaît	5 %	2 %
J'y suis habitué / cela fait partie de mon mode de vie	5 %	1 %
Autre	9 %	2 %
Incertain(e)	13 %	20 %

*Échantillon : Vapoteurs qui n'ont pas l'intention d'arrêter de vapoter*

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.



## C. Utilisateurs mixtes et usage du tabac

### Comportements

*Les résultats de 2021 laissent entendre que le vapotage aide les utilisateurs mixtes à réduire la fréquence à laquelle ils fument et le nombre de cigarettes fumées chaque jour (comparativement aux fumeurs qui ont cessé de vapoter depuis 2019).*

Plus de la moitié (57 %) des répondants de l'échantillon récurrent en 2021 sont des fumeurs, répartis entre les utilisateurs mixtes (37 %) et ceux qui ont arrêté de vapoter (19 %) ; ces proportions sont similaires à celles de 2020 où 38 % étaient des utilisateurs mixtes et 22 % des fumeurs qui avaient arrêté de vapoter. Les fumeurs actuels comprennent une gamme de dispositions spécifiques, y compris les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé, les fumeurs qui ont arrêté de vapoter depuis 2019, les fumeurs récidivants et les nouveaux fumeurs.

Chez les fumeurs actuels, la moitié (51 %) sont des fumeurs quotidiens tandis que l'autre moitié (49 %) fument moins souvent (mais tout de même au moins une fois au cours du dernier mois). L'usage quotidien du tabac a augmenté de façon constante depuis la première vague de l'étude, passant de 44 % des fumeurs déclarant un usage quotidien en 2019 à 51 % en 2021. Une hypothèse est que les fumeurs plus fréquents peuvent être moins susceptibles de réussir à abandonner le tabac, et sont donc plus présents dans le groupe de répondants appartenant à la catégorie des fumeurs actuels en 2021.

Comme c'était le cas en 2020, l'usage quotidien du tabac est plus fréquent chez les fumeurs qui ont arrêté de vapoter (66 %) ; il est moins fréquent chez les utilisateurs mixtes (44 %). Les utilisateurs mixtes déclarent également fumer moins de cigarettes par jour (26 % en fument une ou deux par jour, la moyenne étant de 8 par jour), comparativement à ceux qui fument, mais ne vapotent plus (13 % en fument une ou deux par jour, la moyenne étant de 10 par jour). Bien que la petite taille de l'échantillon des nouveaux fumeurs et des fumeurs récidivants exclue toute comparaison directe avec d'autres groupes, il convient de noter que peu de ces fumeurs fument quotidiennement (25 %) et qu'un tiers d'entre eux (34 %) fument seulement une ou deux cigarettes par jour, révélant possiblement des habitudes d'usage du tabac à plus court terme.

Tableau 22 : Fréquence de l'usage du tabac et nombre de cigarettes fumées

Q20. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette? Q22. Les jours où vous fumez, combien de cigarettes fumez-vous habituellement?	Juin 2019 (n = 337)	2020 (n = 616)	2021 (n = 208)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 135)	Fumeurs seulement en 2021 (n = 73)	Nouveaux fumeurs et fumeurs récidivants en 2021 (n = 31) <sup>1</sup>
<b>Fréquence de l'usage du tabac</b>						
Tous les jours	44 %	46 %	51 %	44 %	<b>66 %</b>	25 %
À l'occasion (pas tous les jours)	56 %	54 %	49 %	56 %	34 %	75 %
<b>Nombre de cigarettes par jour</b>						
1 ou 2	23 %	23 %	22 %	<b>26 %</b>	13 %	34 %
3 ou 4	15 %	13 %	8 %	9 %	6 %	5 %
5 à 9	17 %	18 %	19 %	18 %	21 %	15 %
10 à 19	21 %	25 %	23 %	18 %	33 %	5 %
20 et plus	11 %	12 %	10 %	9 %	13 %	11 %
<i>Moy.</i>	<i>7,94</i>	<i>8,80</i>	<i>8,77</i>	<i>8,06</i>	<i>10,09</i>	<i>6,64</i>
Incertain(e)	13 %	9 %	18 %	20 %	14 %	30 %

*Échantillon : Fumeurs actuels*

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

## Perceptions

*La majorité des utilisateurs mixtes se perçoivent à la fois comme des vapoteurs et des fumeurs.*

Comme c'était le cas dans les vagues précédentes, la majorité des utilisateurs mixtes actuels (48 %) se perçoivent à la fois comme des vapoteurs et des fumeurs, bien que cette opinion soit moins répandue depuis 2020 (baisse de 12 points). Le deuxième groupe le plus important parmi les utilisateurs mixtes continue d'être celui des personnes qui se perçoivent comme des vapoteurs (30 %). Comme par le passé, relativement peu se considèrent comme des fumeurs (17 %). (Il convient de noter que la taille des échantillons de nouveaux fumeurs et de fumeurs récidivants est insuffisante pour les distinguer des utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé.)

Tableau 24 : Identité de fumeur ou de vapoteur

Q24. Lequel des énoncés suivants vous décrit le mieux?	Utilisateur s mixtes en 2019 (n = 605)	Utilisateur s mixtes en 2020 (n = 384)	Utilisateur s mixtes en 2021 (n = 135)
Je suis un(e) vapoteur(se)	26 %	26 %	30 %
Je suis un(e) fumeur(se)	16 %	14 %	17 %
Je suis un(e) fumeur(se) et un(e) vapoteur(se)	53 %	60 %	48 %
Je ne suis ni un(e) fumeur(se), ni un(e) vapoteur(se)	3 %	<1 %	2 %
Incertain(e)	2 %	1 %	3 %

*Échantillon : Utilisateurs mixtes*

### Raisons de vapoter et de fumer

*Chez les utilisateurs mixtes, les raisons pour lesquelles ils vapotent reviennent le plus souvent à réduire ou à cesser leur usage du tabac, ou à vapoter dans des espaces où il est interdit de fumer. Les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé déclarent continuer à fumer par habitude ou parce qu'ils en apprécient la sensation. Le stress est la principale raison évoquée par ceux qui ont recommencé à fumer ou qui ont commencé à le faire depuis la vague précédente.*

**Raisons de vapoter.** Les utilisateurs mixtes ont été à nouveau invités à indiquer la principale raison pour laquelle ils vapotent (à partir d'une liste). Comme lors des vagues précédentes, la tentative d'arrêter de fumer est la raison la plus courante de vapoter (69 %). Un utilisateur mixte sur quatre déclare également vapoter dans des endroits où il est interdit de fumer (24 %). (Il convient de noter que la taille des échantillons de nouveaux fumeurs et de fumeurs récidivants est insuffisante pour les distinguer des utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé.

Tableau 25 : Principales raisons de vapoter pour les utilisateurs mixtes

Q25. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous vapotez?	Utilisateurs mixtes en 2019 (n = 605)	Utilisateurs mixtes en 2020 (n = 384)	Utilisateurs mixtes en 2021 (n = 135)
J'essaie d'arrêter de fumer/de réduire le nombre de cigarettes fumées ( <b>net</b> )	69 %	66 %	69 %
<i>J'essaie d'arrêter de fumer</i>	45 %	39 %	38 %
<i>Pour réduire le nombre de cigarettes que je fume</i>	43 %	42 %	31 %
Je vapote là où la possibilité de fumer est limitée, ou où il est interdit de fumer	16 %	16 %	24 %
Cela m'aide à me relaxer ou à faire face aux difficultés	s.o.	23 %	21 %
J'aime les saveurs ou l'odeur	23 %	23 %	18 %
Cela coûte moins cher que le fait de fumer	20 %	17 %	17 %
C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer	26 %	21 %	16 %
C'est une habitude/un rituel	12 %	10 %	15 %
Je vapote dans certains contextes sociaux	16 %	12 %	13 %
Je peux vapoter discrètement ou sans me faire remarquer	s.o.	13 %	12 %
Cela passe le temps ou tue l'ennui	9 %	9 %	9 %
C'est moins nocif pour les autres/la famille/les enfants que le fait de fumer	12 %	10 %	8 %
Mes amis ou les membres de ma famille vapotent	7 %	6 %	7 %
Cela me permet de prendre une pause du travail/de l'école/de la maison	7 %	7 %	7 %
Je le fais pour la poussée d'adrénaline que cela procure/c'est pour moi une autre source de nicotine/j'aime la nicotine	16 %	6 %	7 %
C'est plus facile à cacher aux membres de ma famille que le fait de fumer	3 %	4 %	7 %
C'est amusant et intéressant	11 %	11 %	5 %
J'aime faire des tours	6 %	4 %	3 %
Je vapote lorsqu'on me l'offre	5 %	3 %	3 %
C'est pour moi une activité sociale que je fais avec des amis ou des membres de ma famille	4 %	4 %	2 %
C'est plus facile à acheter ou à obtenir que des cigarettes	2 %	1 %	1 %
Autre	1 %	<1 %	1 %
Incertain(e)	1 %	1 %	3 %

Échantillon : Utilisateurs mixtes

**Raisons de fumer.** Les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé devaient indiquer la ou les principales raisons pour lesquelles ils continuent de fumer en plus de vapoter, à partir d'une liste de raisons possibles. Les chiffres de 2020 sont mentionnés à titre indicatif, mais comme cette question était auparavant posée sous forme de question ouverte, les résultats ne sont pas directement comparables. L'habitude est la principale raison pour laquelle les utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé continuent de fumer (37 %). La deuxième raison la plus évoquée dans cette vague est la sensation que procure le fait de fumer. La dépendance (29 %) et l'envie de nicotine (29 %) viennent ex aequo en troisième position.

**Tableau 26 : Raisons de continuer à fumer en plus de vapoter**

Q26. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous continuez de fumer en plus de vapoter?	Utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé en 2020 (n = 311)	Utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé en 2021 (n = 89)
Par habitude	43 %	37 %
J'aime la sensation après avoir fumé/le vapotage ne procure pas la même sensation	20 %	32 %
Par dépendance/je suis incapable d'arrêter/il est difficile d'arrêter	38 %	29 %
J'ai des envies de nicotine/tabac	24 %	29 %
J'aime toujours fumer	33 %	24 %
Je fume lorsque je me sens stressé(e)/je souffre d'anxiété	16 %	19 %
Je fume avec d'autres fumeurs/lorsque je prends un verre/dans un contexte social	13 %	13 %
Je préfère le goût de la cigarette	12 %	11 %
J'essaie d'arrêter de fumer graduellement	13 %	10 %
Je préfère la cigarette/fumer au vapotage	9 %	6 %
Incertain(e)	1 %	3 %

**Échantillon :** Utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé

**Remarque :** Cette question a été posée dans un format ouvert en 2020.

Les nouveaux fumeurs et les fumeurs récidivants ont été interrogés sur les principales raisons pour lesquelles ils ont commencé ou recommencé à fumer depuis la précédente vague de recherche (soit 2019 ou 2020). Un répondant sur cinq (19 %) de ce groupe a évoqué le stress comme principale raison de fumer. Un éventail d'autres raisons, dont le fait de fumer dans des contextes sociaux, la difficulté d'arrêter de fumer et le fait de

fumer par commodité à l'occasion seulement, ont été mentionnées par de plus petites proportions. Cependant, la moitié (51 %) des répondants de ce groupe ne sont pas en mesure d'identifier une raison précise.

Les nouveaux fumeurs ont également été interrogés sur les saveurs qu'ils vapotaient avant de commencer à fumer ; la taille de l'échantillon pour ce sous-groupe (n = 6) empêche toute analyse quantitative, mais qualitativement, les saveurs de fruits, café/thé et barbe à papa ont été les plus souvent mentionnées.

**Tableau 23 : Raisons de recommencer ou de commencer à fumer**

Q23. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez recommencé/commencé à fumer?	Nouveaux fumeurs et fumeurs récidivants en 2021 (n = 31) <sup>1</sup>
Pour gérer le stress	19 %
J'étais entouré d'amis qui fument / j'ai vu d'autres personnes fumer	6 %
Arrêter de fumer est difficile	5 %
Par commodité à l'occasion	2 %
Autre	13 %
Incertain(e)	51 %

**Échantillon :** Fumeurs récidivants

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

### Vapoter lorsqu'il n'est pas possible de fumer

*Il arrive souvent aux utilisateurs mixtes de vapoter à des moments ou à des endroits où il leur est impossible de fumer ; les répondants de ce groupe disent le faire en moyenne trois fois par jour. La fréquence déclarée de ce comportement a quelque peu diminué depuis 2020.*

Les utilisateurs mixtes disent souvent vapoter lorsqu'ils ne peuvent fumer (p. ex., à des endroits où fumer n'est pas permis ou accepté). Près de la moitié des utilisateurs mixtes vapotent au moins deux fois par jour pour cette raison (46 %) ; cette proportion a diminué depuis 2020 (56 %), tandis que la proportion de ceux qui se disent « incertains » a augmenté (+13 points). Ces changements peuvent être attribuables aux restrictions liées à la pandémie de différentes manières. Une hypothèse est que les fumeurs sont appelés à passer plus de temps à leur domicile et qu'ils sont confrontés à moins de situations où ils doivent substituer la vapoteuse à la cigarette. Il se peut également que les changements fréquents dans les restrictions liées à la pandémie rendent difficile pour les fumeurs de préciser ce qui constitue un comportement habituel pour eux, les habitudes étant difficiles à maintenir en pareille période.

Tableau 27 : Vapoter lorsqu'il n'est pas possible de fumer

Q27. Au cours d'une journée normale, combien de fois vapotez-vous parce que vous ne pouvez pas fumer la cigarette?	Tous les utilisateurs mixtes en 2020 (n = 384)	Tous les utilisateurs mixtes en 2021 (n = 135)
Zéro	4 %	4 %
1	14 %	13 %
Deux fois par jour ou plus (net)	56 %	46 %
2	18 %	19 %
3 à 5 fois	23 %	22 %
6 à 19 fois	13 %	5 %
20 fois et plus	2 %	<1 %
Incertain(e)	25 %	38 %
Moy.	4,39	3,21

*Échantillon : Tous les utilisateurs mixtes*

## D. Le vapotage comme moyen de renoncer au tabac

### Renoncement au tabac réussi

*Les anciens fumeurs qui vapotent continuent de citer le recours au vapotage comme moyen d'arrêter de fumer et de s'éloigner de la cigarette ; les raisons de vapoter liées au goût général et au plaisir sont moins souvent évoquées qu'auparavant.*

Les vapoteurs réguliers qui sont d'anciens fumeurs (c.-à-d. qui ont cessé de fumer à un moment donné dans le passé) ont été invités à répondre à quelques questions visant à explorer la relation entre le vapotage et le renoncement au tabac. Ce groupe de répondants représente 13 % de l'échantillon global de l'étude.

Les raisons les plus fréquemment évoquées pour le vapotage (à partir d'une liste), au sein de ce groupe d'anciens fumeurs, sont toutes liées à la décision d'arrêter de fumer des cigarettes, y compris le fait que le vapotage les a aidés à cesser de fumer (71 %) ou à éviter une rechute (51 %), ou qu'il est moins nocif pour leur santé que l'usage du tabac (45 %). Bien qu'il s'agisse des trois principales raisons évoquées lors de chacune des trois vagues de l'étude, la proportion de répondants les ayant choisies a augmenté à chaque vague ; cela peut révéler un certain degré d'ancrage du comportement au sein de groupes spécifiques au fil du temps. Certains anciens fumeurs mentionnent également que vapoter est une alternative moins coûteuse que de fumer (37 %) et moins nocive pour autrui (30 %). Les autres raisons de vapoter, principalement associées au plaisir et à la dimension sociale, sont aujourd'hui moins prévalentes que lors des vagues précédentes.

Tableau 28 : Principales raisons de vapoter pour les anciens fumeurs

Q35. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous vapotez?	Anciens fumeurs et vapoteurs réguliers		
	2019 (n = 207)	2020 (n = 117)	2021 (n = 53) <sup>1</sup>
J'ai utilisé le vapotage pour m'aider à arrêter de fumer	58 %	68 %	71 %
J'ai utilisé le vapotage pour éviter de fumer des cigarettes ou de connaître une rechute	37 %	49 %	51 %
C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer	42 %	44 %	45 %
Cela coûte moins cher que le fait de fumer	27 %	40 %	37 %
C'est moins nocif pour les autres/la famille/les enfants que le fait de fumer	20 %	21 %	30 %
Cela m'aide à me relaxer ou à faire face aux difficultés	s.o.	27 %	27 %
J'aime les saveurs ou l'odeur	29 %	28 %	21 %
Cela passe le temps ou tue l'ennui	14 %	13 %	8 %
Mes amis ou les membres de ma famille vapotent	7 %	6 %	5 %
C'est amusant et intéressant	9 %	8 %	4 %
Cela me permet de prendre une pause du travail/de l'école/de la maison	6 %	7 %	2 %
Je le fais pour la poussée d'adrénaline que cela procure/c'est pour moi une autre source de nicotine/j'aime la nicotine	17 %	4 %	1 %
Autre	3 %	1 %	1 %

**Échantillon :** Vapoteurs réguliers qui sont d'anciens fumeurs

<sup>1</sup>Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

**Recours au vapotage pour arrêter de fumer.** Les répondants qui ont cessé de fumer depuis la vague de recherche de 2020 devaient indiquer la façon dont ils s'y sont pris pour y parvenir (à partir d'une liste). Le sous-échantillon est trop petit pour être pris en compte (n = 26), mais qualitativement, les résultats qui en ressortent sont similaires à ceux des vagues précédentes, les substituts nicotiques comme le vapotage, les gommes, les pastilles et les timbres à la nicotine étant les choix les plus courants.

Les répondants du sous-échantillon des personnes ayant arrêté de fumer depuis 2020 en recourant à des produits de vapotage (avec ou sans nicotine) se sont vus poser une petite série de questions de suivi, le sous-échantillon étant, là encore, trop petit pour être pris en compte (n = 9). D'un point de vue qualitatif, aucun des neuf répondants de ce groupe n'a identifié de problèmes ou de difficultés à utiliser les produits de vapotage pour arrêter de fumer, deux (2) ont reçu des conseils ou des informations sur la façon de recourir au vapotage pour arrêter de fumer (l'un de la part d'un médecin et l'autre de la part d'un ami) et trois (3) disent disposer d'une stratégie précise pour déterminer les moments où fumer et ceux où vapoter.

### Intentions d'arrêter de fumer

*La grande majorité des utilisateurs mixtes prévoient d'arrêter de fumer ou essaient déjà de le faire ; la plupart de ceux qui prévoient d'arrêter de fumer ont l'intention de le faire dans les six prochains mois.*

Le tableau ci-dessous résume les intentions d'arrêter de fumer chez tous les utilisateurs mixtes actuels. Un sous-échantillon d'utilisateurs mixtes (38 %) essaient déjà actuellement d'arrêter de fumer, selon la réponse qu'ils ont donnée à une question précédente sur la raison pour laquelle ils vapotent (voir « Perceptions » à la section C). Les autres utilisateurs mixtes, qui ne tentent pas actuellement d'arrêter de fumer, devaient indiquer s'ils ont



l'intention de renoncer au tabac dans le futur. Près de la moitié (51 %) d'entre eux disent prévoir arrêter de fumer, mais peu d'entre eux comptent le faire à court terme (7 % au cours du prochain mois).

Les intentions de renoncement au tabac chez les utilisateurs mixtes se sont accrues à chaque vague, passant de 43 % en 2019 à 51 % en 2021. Ces intentions se sont aussi quelque peu recentrées sur la période de six mois (plutôt que sur le mois prochain ou au-delà de six mois). Pour expliquer cette évolution, on peut émettre l'hypothèse que certains fumeurs qui souhaitent cesser de fumer attendent des conditions post-pandémiques plus favorables avant de tenter sérieusement de le faire, tout en n'ayant pas l'intention de remettre cette décision à un moment très éloigné.

**Tableau 29 : Intentions d'arrêter de fumer**

Q25. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous vapotez? Q33. Prévoyez-vous arrêter de fumer la cigarette...?	2019 (n = 606)	2020 (n = 384)	2021 (n = 135)
Tentent déjà d'arrêter	45 %	39 %	38 %
Prévoient d'arrêter de fumer la cigarette ( <b>net</b> )	43 %	47 %	51 %
<i>Dans le prochain mois</i>	6 %	11 %	7 %
<i>Dans les 6 prochains mois</i>	15 %	16 %	26 %
<i>À un certain moment dans l'avenir, dans plus de 6 mois</i>	21 %	20 %	17 %
<i>Je ne prévois pas cesser de fumer</i>	12 %	14 %	11 %

*Échantillon : Utilisateurs mixtes*

## Recours à des outils de renoncement au tabac

*Les utilisateurs mixtes qui prévoient d'arrêter de fumer restent les plus susceptibles de déclarer qu'ils utiliseront un produit de vapotage avec de la nicotine pour les aider à y parvenir. Moins de quatre répondants sur dix de ce groupe ont sollicité des conseils pour arrêter de fumer, et un sur trois dispose d'une stratégie pour déterminer les moments où fumer et ceux où vapoter.*

Les utilisateurs mixtes qui prévoient d'arrêter de fumer à l'avenir (à n'importe quel moment, selon leur réponse à la question précédente) ont été invités à évaluer leur probabilité d'utiliser certains outils de renoncement au tabac courants. Les produits de vapotage avec nicotine (70 %) sont le plus souvent évoqués comme un choix probable parmi les utilisateurs mixtes qui ont l'intention d'arrêter de fumer ; ce chiffre reste stable par rapport à 2020.

Depuis 2020, ces répondants sont moins nombreux à envisager de recourir à des produits de vapotage sans nicotine (61 %, soit une baisse de 8 points) ou à des timbres à la nicotine (44 %, soit une baisse de 15 points), et ils sont plus nombreux à envisager de recourir à des options médicamenteuses comme Zyban et Champix (50 %, soit une hausse de 12 points). La probabilité de faire usage de gommes à la nicotine est inchangée (60 %).

**Tableau 30 : Probabilité d'utiliser des outils de renoncement au tabac**

Q34. Dans quelle mesure est-il probable que vous utilisiez chacun des moyens suivants pour vous aider à cesser de fumer la cigarette?	Susceptibles de recourir à de tels outils pour cesser de fumer (net)	
	2020 (n = 169)	2021 (n = 91)
Produits de vapotage AVEC nicotine	70 %	70 %
Produits de vapotage SANS nicotine	69 %	61 %
Gommes ou pastilles à la nicotine	60 %	60 %
Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)	38 %	50 %
Timbres à la nicotine	59 %	44 %

*Échantillon : Utilisateurs mixtes qui prévoient d'arrêter de fumer au cours du prochain mois, des six prochains mois ou au-delà de six mois.*

**Conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer.** Parmi les utilisateurs mixtes qui essaient de réduire leur consommation de tabac ou d'arrêter de fumer, quatre répondants sur dix (36 %) ont sollicité des conseils ou des informations sur le recours au vapotage à cette fin ; cette tendance est cohérente avec les vagues précédentes de l'étude. Comme en 2020, les professionnels de la santé (25 %) ont généralement été consultés un peu plus souvent pour des conseils que les pairs (20 %), mais ce sont surtout les amis qui constituent la source unique de conseils la plus courante (16 %).

**Tableau 31 : Source des conseils sur le recours au vapotage pour renoncer au tabac ou en réduire l'usage**

Q28. Avez-vous reçu de l'information ou des conseils d'une source quelconque sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes que vous fumez? Q29. De quelles sources avez-vous reçu des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes que vous fumez?	2019 (n = 425)	2020 (n = 256)	2021 (n = 83)
Oui, j'ai reçu des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes que je fume	38 %	40 %	36 %
<b>Professionnels de la santé (net)</b>	21 %	23 %	25 %
<i>Médecin</i>	12 %	16 %	14 %
<i>Pharmacien</i>	9 %	8 %	11 %
<i>Infirmière ou infirmière praticienne</i>	5 %	7 %	4 %
<i>Dentiste</i>	4 %	1 %	4 %
<b>Pairs (net)</b>	25 %	18 %	20 %
<i>Ami/camarade de classe</i>	17 %	13 %	16 %
<i>Collègue</i>	8 %	6 %	3 %
<i>Sœur/frère</i>	9 %	4 %	2 %
<i>Parent/tuteur légal</i>	4 %	3 %	2 %
Magasin de cigarettes électronique	6 %	4 %	6 %
Forum Internet	2 %	7 %	4 %
Groupe de soutien	3 %	2 %	4 %
Autre	1 %	1 %	0 %
Non, je n'ai reçu aucun conseil	58 %	55 %	59 %
Incertain(e)	4 %	4 %	4 %

**Échantillon :** Utilisateurs mixtes qui tentent d'arrêter de fumer ou de réduire le nombre de cigarettes fumées

**Remarque :** En février 2019, les répondants devaient seulement indiquer s'ils avaient reçu « des conseils », et non « de l'information ou des conseils » comme en juin 2019, 2020 et 2021.

**Plan précis pour arrêter de fumer au moyen du vapotage.** Un tiers des utilisateurs mixtes (32 %) qui essaient d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac, et qui déclarent que c'est l'une des principales raisons pour lesquelles ils vapotent, disposent d'une stratégie précise pour déterminer les moments où fumer et ceux où vapoter. Cette proportion est comparable à celle des vagues précédentes.

**Tableau 32 : Plan précis pour arrêter de fumer au moyen du vapotage.**

Q30. Avez-vous un plan précis ou une stratégie précise, déterminant les moments où vous fumez et ceux où vous vapotez, pour vous aider à arrêter de fumer?	2019 (n = 231)	2020 (n = 256)	2021 (n = 83)
Oui	32 %	34 %	32 %
Non	60 %	58 %	54 %
Incertain(e)	8 %	8 %	14 %

*Échantillon : Utilisateurs mixtes qui essaient d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac et qui déclarent que leur principale raison de vapoter est d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac*

**Problèmes ou défis associés aux produits de vapotage utilisés pour arrêter de fumer.** Les utilisateurs mixtes qui essaient d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac (et qui déclarent que l'arrêt ou la réduction de la consommation de tabac est la principale raison pour laquelle ils vapotent) ont été invités à répondre à une question ouverte sur les défis qu'ils rencontrent en recourant au vapotage à cette fin. Comme en 2020, les problèmes liés à la dépendance sont les plus courants (20 %). Une plus petite proportion de ces utilisateurs mixtes éprouve des inquiétudes au sujet du vapotage en soi (8 %) ; ce chiffre a diminué depuis 2020, où il se situait à 14 %. La moitié des répondants de ce groupe (51 %) n'ont pu nommer un quelconque problème lié au fait de vapoter pour les aider à arrêter de fumer.

Tableau 33 : Problèmes ou défis associés aux produits de vapotage utilisés pour arrêter de fumer.

Q31. S'il y a lieu, quels sont les problèmes ou les défis associés aux produits de vapotage que vous utilisez pour vous aider à arrêter de fumer ou à réduire le nombre de cigarettes fumées?	2020 (n = 256)	2021 (n = 83)
Dépendance à la cigarette ( <b>net</b> )	22 %	20 %
<i>Je suis accroc à la cigarette / je ne peux arrêter complètement</i>	9 %	7 %
<i>Manque de volonté</i>	5 %	3 %
<i>Mon envie de fumer est trop forte</i>	4 %	5 %
<i>Vapoter n'est pas aussi satisfaisant que fumer</i>	4 %	5 %
Préoccupations relatives au vapotage ( <b>net</b> )	14 %	8 %
<i>Perception publique / le vapotage n'est pas socialement accepté</i>	3 %	3 %
<i>Les dispositifs/liquides de vapotage coûtent cher</i>	2 %	2 %
<i>Incapacité à se procurer facilement les saveurs préférées/saveurs illégales dans ma province</i>	3 %	1 %
<i>Il est possible que je devienne accroc au vapotage</i>	4 %	1 %
<i>Je m'inquiète des récents rapports concernant les problèmes de santé liés au vapotage</i>	3 %	1 %
Amis insistant pour que je fume avec eux	2 %	4 %
J'aime fumer/je n'ai pas l'intention d'arrêter/je préfère le goût de la cigarette	6 %	1 %
Trop de stress lié à la pandémie de COVID-19 actuelle	2 %	1 %
J'ai aussi besoin de timbres ou de gommes à la nicotine	2 %	0 %
Il est plus facile de fumer que de vapoter / il n'est pas nécessaire de nettoyer un dispositif/de le remplir de liquide/de s'assurer qu'il est rechargé	5 %	0 %
Autre	2 %	5 %
Rien / je suis capable d'arrêter si je le désire	8 %	12 %
Incertain(e)	39 %	51 %

**Échantillon** : Utilisateurs mixtes qui essaient d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac et qui déclarent que leur principale raison de vapoter est d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac

## E. Renoncement réussi au vapotage

### Raisons d'arrêter de vapoter

*Comme par le passé, les effets négatifs sur la santé et le manque de plaisir sont les motivations les plus courantes chez les répondants qui ont arrêté de vapoter régulièrement depuis 2020. La couverture médiatique négative à l'égard du vapotage est un facteur de motivation moins important qu'en 2020.*

Les répondants qui ont indiqué avoir arrêté de vapoter depuis 2020 (ou 2019, pour ceux qui n'ont pas participé au sondage de 2020) et qui ne font plus partie du groupe des vapoteurs réguliers (c.-à-d. qui n'ont **pas** utilisé de produit de vapotage au moins une fois par semaine au cours des quatre dernières semaines) représentent 15 % de l'échantillon total. Cela inclut à la fois les fumeurs (9 % du total) et les non-fumeurs (6 % du total) qui ont arrêté de vapoter régulièrement depuis 2020. Ces nouveaux non-vapoteurs ont été invités à répondre à quelques questions sur leur transition pour arrêter de vapoter. Leurs réponses ont été comparées à celles des répondants au sondage de 2020 qui ont arrêté de vapoter depuis 2019.

Les effets négatifs du vapotage sur la santé sont la raison la plus souvent évoquée pour en justifier l'arrêt (25 %). Près d'un répondant sur dix de ce groupe déclare qu'il n'aime tout simplement pas le vapotage ou que ce n'est pas aussi agréable que de fumer une cigarette (11 %) et que c'est trop cher (8 %). Depuis 2020, on observe une baisse substantielle de la proportion évoquant une couverture médiatique négative du vapotage comme raison pour en justifier l'arrêt (passant de 21 % en 2020 à 1 % en 2021).

**Tableau 34 : Raisons de décider d'arrêter de vapoter**

Q44. Vos réponses de 2020 indiquaient que vous vapotiez régulièrement. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez décidé d'arrêter de vapoter?	Répondants de 2020 qui ont arrêté de vapoter depuis 2019 (n = 399)	Répondants de 2021 qui ont arrêté de vapoter depuis la dernière vague (n = 56) <sup>1</sup>
Le vapotage est mauvais pour ma santé / entraîne des effets secondaires / m'a rendu malade	29 %	25 %
Je n'aime pas vapoter / ce n'est pas aussi agréable que de fumer une cigarette	7 %	11 %
Les produits de vapotage coûtent trop cher / je n'en ai pas les moyens	7 %	8 %
J'ai décidé d'arrêter / je n'ai plus envie de vapoter	2 %	2 %
Mauvaise presse / rapports sur les décès causés par le vapotage / études démontrant à quel point le vapotage est nocif	21 %	1 %
Je m'inquiète en raison de la pandémie actuelle de COVID-19 / de ses effets sur les poumons de fumeurs	5 %	1 %
J'ai eu recours au vapotage pour arrêter de fumer, et cela a fonctionné	3 %	1 %
Je vapote toujours du cannabis	2 %	7 %
J'ai simplement réduit la fréquence de mon vapotage	1 %	2 %
Autre	9 %	6 %
Incertain(e)	19 %	36 %

**Échantillon :** Répondants qui ont cessé de vapoter depuis la vague précédente

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

## Information et conseils sur le renoncement au vapotage

Parmi les répondants qui ont arrêté de vapoter régulièrement, toujours trois sur dix déclarent avoir reçu des informations ou des conseils pour les aider à arrêter de vapoter, le plus souvent auprès d'un médecin.

Trois répondants sur dix (30 %) qui ont arrêté de vapoter régulièrement ont reçu des conseils ou des informations pour les aider dans leur tentative, ce qui concorde avec l'étude de 2020, tout comme les sources auxquelles ils ont recouru. Ces conseils restent plus susceptibles d'avoir été donnés par des professionnels de la santé (27 %) que par des pairs (9 %) ; les médecins sont spécifiquement mentionnés à raison d'un sur cinq (19 %).

**Tableau 35 : Utilisation de conseils et d'information pour arrêter de vapoter**

Q45. Avez-vous reçu de l'information ou des conseils d'une source quelconque sur la façon d'arrêter de vapoter? Q46 De quelles sources avez-vous reçu des conseils sur la façon d'arrêter de vapoter?	Répondants de 2020 qui ont arrêté de vapoter depuis 2019 (n = 399)	Répondants de 2021 qui ont arrêté de vapoter depuis 2020 (n = 56) <sup>1</sup>
Oui, j'ai reçu de l'information ou des conseils	28 %	30 %
Professionnels de la santé ( <b>net</b> )	18 %	27 %
<i>Médecin</i>	14 %	19 %
<i>Pharmacien</i>	4 %	9 %
<i>Dentiste</i>	4 %	6 %
<i>Infirmière ou infirmière praticienne</i>	3 %	3 %
Pairs ( <b>net</b> )	14 %	9 %
<i>Parent/tuteur légal</i>	4 %	5 %
<i>Ami/camarade de classe</i>	7 %	4 %
<i>Sœur/frère</i>	5 %	4 %
<i>Collègue</i>	3 %	1 %
Groupe de soutien	3 %	3 %
Forum Internet	5 %	1 %
Magasin de cigarettes électronique	2 %	1 %
Autre	1 %	1 %
Non, je n'ai reçu aucun conseil	69 %	65 %
Incertain(e)	3 %	6 %

**Échantillon** : Répondants qui ont cessé de vapoter depuis la vague précédente

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

Les répondants qui ont reçu de l'information ou des conseils sur le renoncement au vapotage devaient indiquer précisément ce qui leur a été dit (au moyen d'une question ouverte, sans choix de réponse). Ce sous-échantillon est trop petit pour être pris en compte (n = 13). Qualitativement, cependant, les conseils donnés à ces nouveaux non-vapoteurs comprennent des mises en garde sur les risques pour la santé et des instructions sur la façon d'arrêter (y compris le sevrage « brutal », l'utilisation de timbres à la nicotine, ou simplement la diminution de la fréquence de vapotage au fil du temps).

## Stratégies et moyens utilisés pour arrêter de vapoter

*La réduction de la fréquence de vapotage comme moyen d'arrêter de vapoter est moins souvent évoquée par les répondants qui ont cessé de vapoter depuis 2020 que par ceux qui l'ont fait entre 2019 et 2020. Les liquides de vapotage à saveur de fruits sont identifiés comme ceux qui ont le plus aidé ces répondants à arrêter de vapoter, suivis par les saveurs de café/thé, de menthol et de tabac.*

**Stratégies.** L'utilisation déclarée de la réduction de la fréquence de vapotage comme stratégie pour cesser de vapoter est plus faible chez les répondants qui ont arrêté de vapoter en 2021 (44 %) qu'antérieurement (59 %), bien que la raison n'en soit pas claire. Cette technique est encore plus répandue que le fait de se tourner vers un taux de nicotine plus faible pour arrêter de vapoter (26 %).

**Tableau 36 : Stratégies utilisées pour arrêter de vapoter**

Q48. Avez-vous adopté l'une ou l'autre des approches suivantes pour vous aider à arrêter de vapoter?	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2020 (n = 399)	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Réduire la fréquence de votre vapotage (% de « oui »)	59 %	44 %
Passer d'une teneur plus élevée à une teneur plus faible en nicotine (% de « oui »)	25 %	26 %
Ni fumeurs ni vapoteurs	38 %	54 %

**Échantillon :** Répondants qui ont arrêté de vapoter depuis la vague précédente

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.



**Saveurs.** Les répondants qui ont arrêté de vapoter depuis 2020 ont été invités à répondre à une nouvelle question sur les saveurs de vapotage qui leur ont été les plus utiles dans leur démarche. La saveur de fruits vient en tête de liste (32 %), suivie du café ou du thé (27 %) et de la menthe ou du menthol (24 %) ; ces chiffres diffèrent quelque peu des préférences générales en matière de saveur chez les vapoteurs réguliers, où le café/thé arrive en sixième position. La saveur de tabac, que les vapoteurs réguliers considèrent comme leur saveur préférée en général, est moins appréciée comme saveur pouvant aider spécifiquement à cesser de vapoter (22 %).

**Tableau 37 : Saveur liquide de vapotage utilisée pour arrêter de vapoter**

Q48C. Quelles saveurs de liquide vous ont le plus aidé(e) à arrêter de vapoter?	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Fruits	32 %
Café/thé	27 %
Menthe/menthol	24 %
Saveur de tabac	22 %
Céréales	16 %
Boissons énergisantes	15 %
Sans saveur/aucune saveur dans la description	15 %
Bonbons/confiseries	14 %
Dessert	13 %
Saveur de cannabis/marijuana	10 %
Alcool	9 %
Saveur florale/herbacée	5 %
Boissons gazeuses	4 %
Biscuits	3 %
Barbe à papa	2 %
Autre	5 %
Incertain(e)	27 %

*Échantillon : Répondants qui ont arrêté de vapoter depuis 2020*

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

**Outils de renoncement au vapotage.** Comme en 2020, environ la moitié (48 %) des répondants qui ont cessé de vapoter régulièrement depuis 2020 l'ont fait sans moyens particuliers pour les aider. Les gommes ou pastilles à la nicotine (17 %) et le counseling (17 %) ont été les plus souvent utilisés par ceux qui ont eu recours à un outil de renoncement au vapotage, suivis par le cannabis (12 %) et le timbre à la nicotine (11 %).

**Tableau 38 : Outils utilisés pour arrêter de vapoter**

Q49. S'il y a lieu, lesquels des moyens suivants avez-vous utilisés pour vous aider à arrêter de vapoter?	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2020 (n = 399)	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Gommes ou pastilles à la nicotine	12 %	17 %
Counseling	10 %	17 %
Cannabis	11 %	12 %
Timbres à la nicotine	11 %	11 %
Livres de croissance personnelle	5 %	7 %
Acupuncture	3 %	4 %
Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)	4 %	3 %
Autres traitements de remplacement de la nicotine	1 %	2 %
Ligne téléphonique pour le renoncement au tabac	2 %	1 %
Hypnose	2 %	0 %
Autre	5 %	4 %
Je n'ai utilisé aucun moyen pour arrêter de vapoter	52 %	48 %
Incertain(e)	3 %	6 %

*Échantillon* : Répondants qui ont arrêté de vapoter depuis la vague précédente

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

## Difficulté du renoncement au vapotage

*Malgré une moyenne de deux tentatives nécessaires pour réussir à arrêter de vapoter, la plupart des répondants qui ont arrêté de vapoter depuis 2020 déclarent que cette expérience a été facile.*

Deux tiers des répondants qui ont arrêté de vapoter régulièrement depuis 2020 qualifient la chose de facile (64 %) et un sur quatre (27 %) de très facile ; ces chiffres correspondent à ceux du même groupe de répondants en 2019 et 2020. Plus de la moitié des répondants (57 %) ont arrêté de vapoter avec succès après une ou deux tentatives ; la moyenne étant de deux tentatives.

**Tableau 39 : Difficulté du renoncement au vapotage et nombre de tentatives pour y parvenir**

Q50. Dans quelle mesure a-t-il été facile ou difficile pour vous d'arrêter de vapoter?	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2020 (n = 399)	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Facile ( <b>net</b> )	65 %	64 %
Très facile	28 %	27 %
Plutôt facile	37 %	37 %
Difficile ( <b>net</b> )	33 %	31 %
Plutôt difficile	27 %	21 %
Très difficile	5 %	10 %
Incertain(e)	2 %	5 %
<b>Q51. Combien de fois avez-vous tenté d'arrêter de vapoter avant de réussir?</b>		
Zéro	8 %	3 %
1	37 %	32 %
2	20 %	14 %
3	7 %	18 %
4+	7 %	8 %
Incertain(e)	21 %	24 %
Nombre moyen	1.91	1.95

*Échantillon : Répondants qui ont arrêté de vapoter depuis la vague précédente*

*<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.*

Les répondants qui ont arrêté à la fois de vapoter régulièrement et de fumer devaient indiquer la difficulté relative des deux expériences. Le sous-groupe de ces répondants qui ont à la fois arrêté de vapoter et de fumer est trop petit pour être analysé (n=19), mais qualitativement, il est plus que probable qu'il soit aussi facile d'arrêter de vapoter que de fumer.

### Indicateurs du succès du renoncement au vapotage

*Le plus souvent, les personnes qui arrêtent de vapoter déclarent savoir qu'elles y sont parvenues lorsqu'elles cessent d'éprouver des envies ou de penser à vapoter.*

Les répondants qui ont arrêté de vapoter régulièrement devaient indiquer comment ils savent que leur tentative a réussi (au moyen d'une question ouverte, sans choix de réponse). Comme en 2020, le fait de ne plus ressentir l'envie de vapoter est l'indicateur de succès le plus évoqué (38 %). Une proportion similaire (42 %) déclare ne pas savoir, ou qu'il est encore trop tôt pour dire s'ils ont vraiment réussi.

**Tableau 40 : Indicateurs de la réussite du renoncement au vapotage**

Q52. Vous avez maintenant arrêté de vapoter ; comment savez-vous que cette fois-ci, vous avez réussi?	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2020 (n = 399)	Tous ceux qui ont arrêté de vapoter – 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Je n'en ressens plus l'envie / je n'y pense plus	26 %	38 %
Je n'en ai plus besoin	2 %	4 %
Je vapote toujours à l'occasion / je vapote du cannabis	3 %	3 %
Je n'ai pas vapoté depuis longtemps / je ne vapote plus même si j'en ressens l'envie	21 %	3 %
Je me suis débarrassé de mon équipement de vapotage / je l'ai détruit / je l'ai jeté à la poubelle	4 %	1 %
Je le sais, tout simplement	1 %	1 %
Autre	13 %	6 %
Rien	1 %	0 %
Je ne sais pas/pas de réponse/il est encore trop tôt pour le dire	33 %	42 %

**Échantillon :** Répondants qui ont arrêté de vapoter depuis la vague précédente

<sup>1</sup>Remarque : Les résultats doivent être interprétés avec prudence en raison de la petite taille de l'échantillon.

## F. Consommation de cannabis

*Près de la moitié des répondants ont consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours, le plus souvent en le fumant.*

Près de la moitié (48 %) des répondants disent avoir consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours, le plus souvent en le fumant (30 %) ; ces deux mesures ont connu un recul depuis 2020. Les vapoteurs réguliers sont proportionnellement plus nombreux à déclarer avoir consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours (57 %) que les non-vapoteurs (38 %), notamment en le vapotant (25 % contre 9 %).

Si l'on compare les groupes d'intérêt (dont la taille des échantillons est suffisante aux fins d'analyse), environ trois quarts des utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé (72 %) déclarent avoir consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours ; ce chiffre est considérablement plus élevé que chez les répondants qui ont arrêté de vapoter depuis 2020 (49 %) et les vapoteurs dont le statut n'a pas changé (30 %).

**Tableau 41 : Consommation de cannabis au cours des 30 derniers jours en fonction du statut de vapoteur**

Q54. Avez-vous consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours?	Total en 2020 (n = 992)	Total en 2021 (n = 337)	Vapoteurs réguliers en 2021 (n = 188)	Non-vapoteurs en 2021 (n = 149)
Consommation de cannabis au cours des 30 derniers jours ( <b>net</b> )	56 %	48 %	<b>57%</b>	38 %
<i>J'en ai fumé</i>	40 %	30 %	35 %	24 %
<i>J'en ai vapoté</i>	15 %	17 %	<b>25 %</b>	9 %
<i>J'en ai consommé d'une autre façon</i>	17 %	18 %	19 %	16 %
Je n'en ai pas consommé au cours des 30 derniers jours	42 %	50 %	40 %	<b>60 %</b>
Incertain(e)	2 %	2 %	2 %	2 %

*Échantillon : Tous les répondants*

**Tableau 42 : Consommation de cannabis au cours des 30 derniers jours en fonction des groupes d'intérêt – 2021**

Q54. Avez-vous consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours?	Total en 2021 (n = 337)	Utilisateurs mixtes dont le statut n'a pas changé en 2021 (n = 89)	Vapoteurs dont le statut n'a pas changé en 2021 (n = 45) <sup>1</sup>	Vapoteurs qui ont arrêté de vapoter depuis 2021 (n = 56) <sup>1</sup>
Consommation de cannabis au cours des 30 derniers jours ( <b>net</b> )	48 %	<b>72 %</b>	30 %	49 %
<i>J'en ai fumé</i>	30 %	<b>45 %</b>	23 %	39 %
<i>J'en ai vapoté</i>	17 %	<b>34 %</b>	3 %	12 %
<i>J'en ai consommé d'une autre façon</i>	18 %	<b>25 %</b>	7 %	<b>19 %</b>
Je n'en ai pas consommé au cours des 30 derniers jours	50 %	24 %	<b>70 %</b>	<b>49 %</b>
Incertain(e)	2 %	4 %	0 %	2 %

*Échantillon : Tous les répondants*

## II. Volet qualitatif — Résultats détaillés

### A. Habitudes de vapotage et d'usage du tabac

Les participants (n = 46) ont été invités à décrire leurs habitudes actuelles ou antérieures de vapotage et d'usage du tabac au regard de la fréquence, des situations et des produits.

**Habitudes de vapotage.** Tous les participants à l'étude qualitative étaient des vapoteurs actuels (n = 29) ou d'anciens vapoteurs (n = 17) ayant participé à l'origine à une étude sur le vapotage menée en 2019, et à l'étude de 2021 comprenant un échantillon récurrent. La fréquence de vapotage déclarée, selon les habitudes actuelles ou antérieures, allait de plusieurs fois par jour à quelques fois par semaine, la plupart des participants déclarant qu'ils vapotaient plusieurs fois par jour (ou le faisaient ainsi, lorsqu'ils avaient l'habitude de vapoter). La plupart des participants ont répondu qu'ils vapotaient généralement à la maison, plusieurs indiquant que cela était en partie dû aux restrictions liées à la pandémie. Parmi les autres endroits où ils vapotaient couramment, il y avait les lieux de rencontre ou la maison d'un ami. Quelques participants qui vapotaient tout au long de la journée ont mentionné qu'ils gardaient leur dispositif de vapotage sur eux afin de pouvoir vapoter dès qu'ils en ressentaient l'envie. Plusieurs ont déclaré utiliser des dispositifs à dosettes ou des stylos à vapeur, souvent avec de la nicotine et dans différentes saveurs. La plupart ont déclaré qu'ils vapotaient généralement seuls, mais parfois avec des amis ou des collègues de travail.

**Habitudes d'usage du tabac.** Les participants comprenaient 32 fumeurs actuels et 8 anciens fumeurs. Parmi les fumeurs actuels, la fréquence d'usage du tabac déclarée allait de quelques cigarettes par jour à 20 cigarettes par jour. Certains participants qui avaient réduit leur fréquence d'usage du tabac ont attribué au vapotage le mérite de les avoir aidés à réduire leur consommation. De nombreux participants qui fument ont précisé qu'ils avaient tendance à fumer à l'extérieur, soit pendant les pauses, au travail ou à la maison. Le plus souvent, les participants ont dit fumer seuls ; ceux qui fument en compagnie d'autres personnes ont tendance à fumer avec des amis ou des collègues de travail qui fument également.

## B. Transitions

Les transitions entre le vapotage et le tabac constituaient un des principaux domaines d'intérêt de cette recherche qualitative. Dans cette section de l'exercice en ligne, les participants devaient indiquer quelles transitions ils avaient vécues au cours des 12 derniers mois et décrire à quoi ressemblaient ces transitions. Au total, 52 transitions de l'année antérieure ont été abordées. Il convient de noter que certains participants s'inscrivaient dans plusieurs groupes de transition ; ces participants se sont vu poser des questions relatives à chaque transition qu'ils ont vécue.

Transitions	Total	Anglais	Français
<b>Ont commencé ou recommencé à fumer (net)</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>1</b>
Ont commencé à fumer pour la première fois	2	2	0
Ont recommencé à fumer (après une période d'arrêt)	5	4	1
<b>Ont arrêté de fumer ou essayé de réduire le nombre de cigarettes fumées (net)</b>	<b>23</b>	<b>16</b>	<b>7</b>
Ont arrêté de fumer (avec succès)	5	4	1
Ont essayé ou essaient d'arrêter de fumer	9	7	2
Ont essayé ou essaient de réduire leur usage du tabac (fréquence ou quantité)	9	5	4
<b>Ont arrêté de vapoter ou ont essayé de réduire leurs habitudes de vapotage (net)</b>	<b>19</b>	<b>13</b>	<b>6</b>
Ont arrêté de vapoter (avec succès)	3	1	2
Ont essayé ou essaient d'arrêter de vapoter	4	2	2
Ont essayé ou essaient de réduire leurs habitudes de vapotage (fréquence ou concentration)	12	10	2
<b>Ont recommencé à vapoter (après une période d'arrêt)</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0</b>
<b>Aucune transition</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>3</b>

### Ont commencé ou recommencé à fumer (net)

Sept participants ont soit commencé à fumer pour la première fois (n = 2), soit recommencé à fumer après une période d'abstinence (n = 5).

Ces participants ont été interrogés sur les raisons pour lesquelles ils ont commencé ou recommencé à fumer. Les réponses ont souvent fait état de l'influence des pairs sur le comportement tabagique ; les exemples d'influence des pairs comprenaient le fait de passer du temps avec des amis ou des membres de la famille qui fument, et le désir de s'intégrer socialement. Les fumeurs récidivants ont évoqué la difficulté d'arrêter de fumer, à savoir qu'il était difficile de résister à l'envie de fumer en général, mais surtout dans les situations sociales où les cigarettes étaient immédiatement accessibles et où d'autres personnes fumaient également.

*« Après une période d'arrêt de 3 mois sans fumer, j'ai connu une sorte de rechute. J'étais avec un ami, et il fumait, et je n'ai pas pu résister à l'envie d'allumer une cigarette. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je pense que la tentation a atteint son plus fort en raison du fait que mon fils était revenu vivre à la maison. Ses vêtements sentaient la fumée lorsqu'il rentrait après avoir fumé une cigarette et cela me rappelait mon passé de fumeur. » - Homme, 45 ans et plus*

Bien que les circonstances de vie particulières varient d'une personne à l'autre, il est apparu que le fait de se sentir stressé ou anxieux a joué un rôle pour bon nombre des participants qui ont commencé ou recommencé à fumer. Certains participants ont spécifiquement évoqué le stress dû à la pandémie de COVID-19 :

*« J'ai commencé à travailler davantage. À socialiser davantage. À être plus actif. J'ai ressenti de l'anxiété à cause de la COVID. » - Homme, 18 à 29 ans*

« Il ne se passait rien de particulier dans ma vie à ce moment-là. Je suppose que la pression de la vie quotidienne et la situation actuelle de la pandémie y étaient pour quelque chose. » - Homme, 45 ans et plus

« La pandémie était bien avancée. Il y avait les confinements, les gens perdant leur emploi, l'absence de salaire pour certains de mes amis. J'avais peur que cela m'arrive à moi aussi. Puis j'ai perdu mon fils cadet. Je crois que cette pression et le fait de recommencer un nouvel emploi ont pesé sur moi. » - Homme, 45 ans et plus

« En ce moment je vis beaucoup de stress et d'incertitudes quant à l'avenir. » - Femme, 30 à 44 ans

La facilité d'accès et l'influence d'autres fumeurs sont d'autres facteurs qui contribuent à recommencer à fumer. Les situations où les participants pouvaient avoir accès à des cigarettes, sans avoir à les acheter, ont souvent créé les conditions d'un recommencement graduel.

« Je me promenais avec un ami qui fumait. Il m'a proposé de fumer et je n'ai pas pu résister à l'envie. » - Homme, 45 ans et plus

« Mon fils laissait toujours ses cigarettes et son briquet à côté d'une porte extérieure. Il était facile d'en prendre une et d'attendre qu'il soit sorti pour moi-même sortir avec un café et allumer une cigarette. » - Homme, 45 ans et plus

D'autres facteurs qui, selon les répondants, ont contribué à ce qu'ils recommencent à fumer sont l'ennui, l'envie et l'habitude de fumer et les sentiments positifs associés à la cigarette.

« Il était facile d'obtenir des cigarettes [d'un autre fumeur du foyer] et cela me faisait du bien de fumer. Je disais toujours que j'en prendrais seulement une. » - Homme, 45 ans et plus

Ces fumeurs n'ont jamais songé à un soutien quelconque qui aurait pu les aider à ne pas recommencer à fumer. Une personne a mentionné qu'elle ne se joindrait jamais à un groupe de soutien, tandis qu'une autre a dit qu'elle avait contacté une ligne d'aide à l'arrêt du tabac, mais que cela n'avait servi à rien. Dans la même veine, ces fumeurs n'avaient qu'une connaissance limitée des solutions qui s'offraient à eux, si ce n'est d'être plus stricts envers eux-mêmes, y compris le fait de suivre un quelconque programme d'aide à l'arrêt du tabac.

« Il faudrait que je trouve un moyen de me vider l'esprit, et un substitut plus sain. » - Femme, 30 à 44 ans

« Il faut être très strict jusqu'à ce que l'envie de fumer soit passée. » - Homme, 18 à 29 ans

« Il faut suivre le programme d'arrêt du tabac au moyen des timbres Nicorette, sans sauter aucune étape ni se dire que l'on va faire seulement deux ou trois semaines. Il faut suivre les étapes sur six semaines. » - Homme, 45 ans et plus

### Ont arrêté ou essayé d'arrêter de fumer ou de réduire le nombre de cigarettes fumées

Vingt-trois participants ont soit réussi à arrêter de fumer au cours de l'année antérieure (n = 5), soit essayé d'arrêter (n = 9), soit réduit la fréquence de leur usage du tabac ou la quantité de cigarettes fumées (n = 9).

**Motivation.** Il est manifeste que les participants qui composent ce groupe sont conscients des effets négatifs de l'usage du tabac sur la santé, et cela constitue souvent un facteur déterminant dans leur décision d'arrêter de fumer. D'autres motivations avancées étaient les économies, la mauvaise odeur associée à l'usage du tabac et la pression des membres de la famille.

« C'est malsain. C'est dispendieux. Ça sent mauvais. C'est une perte de temps. » - Femme, 30 à 44 ans

« Je voulais arrêter de fumer parce que j'étais conscient que cela nuisait à ma santé. L'usage du tabac m'inspirait tellement de négativité. De plus, je toussais beaucoup tous les matins et j'avais d'autres signes avant-coureurs que cette habitude avait vraiment un mauvais effet sur moi. » - Homme, 45 ans et plus

« J'ai juste essayé d'arrêter de fumer du jour au lendemain pour économiser de l'argent, les raisons de santé sont secondaires. » - Homme, 30 à 44 ans

« Je réalise qu'il n'y a rien de sain à fumer — mon partenaire déteste ça. » - Femme, 45 ans et plus



Lorsque les participants ont été invités à décrire ce qui se passait dans leur vie au moment où ils ont décidé d'arrêter de fumer ou de réduire leur consommation de tabac, ils ont fait état d'un éventail d'expériences. Les réponses semblent indiquer que la motivation pour cesser de fumer n'était pas nécessairement issue d'un événement récent (comme un problème de santé personnel), mais d'une prise de conscience progressive de la nécessité d'agir. Pour certains, cette prise de conscience a été motivée par le fait d'avoir de la difficulté à respirer pendant un exercice physique, de recevoir l'avis d'un médecin ou de constater les effets négatifs de l'usage du tabac sur des amis ou des membres de la famille. Certains répondants ont évoqué un état d'esprit positif, une réflexion sur la manière d'améliorer leur qualité de vie de manière plus générale, ou la capacité d'entreprendre un changement aussi difficile.

*« Rien, vraiment. Je suis simplement plus conscient de la mort et j'essaie de retarder l'inévitable autant que possible. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« J'étais préoccupée par ma santé. J'y pensais davantage à cause de la COVID et j'ai réalisé que je m'essoufflais lorsque je faisais de l'exercice malgré ma forme physique. Je ressentais de l'inquiétude. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Changement d'emploi. J'avais plus de temps pour fumer et j'avais besoin de faire quelque chose. Le fait de trop fumer et de vieillir m'inquiétait. Il était temps d'arrêter ou de réduire cette mauvaise habitude. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'étais à un moment de ma vie où la perspective et la compréhension de ma santé et de mes habitudes de vie me paraissaient plus claires. Je me rappelais d'amis qui traversaient des moments difficiles à cause de leur mauvaise santé. Je craignais de devoir faire face aux mêmes problèmes. » - Homme, 45 ans et plus*

*« L'excitation, la nervosité, la joie, l'espoir, la peur : toutes des émotions que j'ai ressenties en arrêtant de fumer. Je ne me souviens pas d'un élément déclencheur à la base de ma décision d'arrêter de fumer. C'était tout simplement le moment de le faire. » - Femme, 30 à 44 ans*

**Processus.** Lorsque les participants ont été invités à décrire leur plan d'action pour cesser de fumer, leurs réponses semblaient indiquer qu'ils envisageaient de multiples options, cherchant à trouver une solution qui leur conviendrait. Rien ne laissait supposer que les participants disposaient d'un plan établi, y compris quant à ce qu'ils devaient faire en cas de difficultés ou de rechute.

*« J'ai d'abord suivi un cours de sevrage tabagique. J'ai essayé les gommes à la nicotine et ça n'a pas marché. Le médecin voulait me donner une ordonnance, ce dont je ne voulais pas. C'est pourquoi j'ai essayé de vapoter, car ce moyen avait fonctionné pour d'autres personnes. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'ai essayé de réduire ma consommation de tabac en vapotant. J'ai essayé les timbres, mais ceux-ci me rendaient nerveuse et je me sentais malade. J'ai essayé d'arrêter de fumer, mais c'est si difficile. Je vais continuer à essayer d'autres méthodes comme les iQos. » - Femme, 45 ans et plus*

Parmi ce groupe de participants, le vapotage est apparu comme un outil courant pour remplacer leur consommation de cigarettes, tandis que certains se sont tournés vers des produits comme les gommes et les timbres à la nicotine.

*« Le vapotage a bien fonctionné. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je suis passé aux cigarettes électroniques et cela m'a quelque peu aidé. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« J'ai entrepris le programme en 3 étapes des timbres Nicorette sur 6 semaines, en plus d'utiliser un dispositif de vapotage pour remplacer la cigarette. C'est ainsi que j'ai arrêté de fumer. » - Homme, 45 ans et plus*

Les participants ont évoqué à la fois l'arrêt « brutal » du tabac et la réduction progressive de leur consommation de cigarettes. D'autres techniques consistaient à éviter les situations susceptibles de les tenter, à se distraire au moyen d'autres activités ou tout simplement à ne plus acheter de cigarettes.

*« J'ai arrêté d'un seul coup. J'ai entrepris un programme d'exercices et j'ai essayé de m'occuper l'esprit avec d'autres activités. » - Homme, 45 ans et plus*

« J'ai simplement réduit ma consommation de cigarettes progressivement chaque jour. » - Homme, 45 ans et plus

« J'ai d'abord réduit de 20 % ma consommation, puis de 50 %, mais j'ai recommencé, petit à petit, à fumer davantage. » - Homme, 18 à 29 ans

« J'ai cessé d'acheter des cigarettes, ou j'en achetais beaucoup moins fréquemment. Je me suis imposé une limite et un plan. » - Femme, 45 ans et plus

« J'évitais les situations dans lesquelles je serais tenté de fumer, comme les fêtes ou les rassemblements inutiles. » - Homme, 45 ans et plus

La plupart des réponses ont fait état d'actions individuelles et autodidactes en vue d'arrêter de fumer. Cependant, certains participants ont indiqué qu'ils s'étaient appuyés sur les conseils et l'aide d'autres personnes.

« Je me suis d'abord rendue à la pharmacie et j'ai acheté des gommes à base de nicotine. J'ai ensuite consulté Internet et lu des histoires sur la façon dont d'autres personnes avaient abandonné la cigarette. » - Femme, 18 à 29 ans

« J'ai beaucoup discuté avec d'autres fumeurs et mon médecin des moyens d'arrêter de fumer, beaucoup de personnes m'ont recommandé de le faire. » - Femme, 45 ans et plus

**Améliorations et avantages.** L'abandon ou la réduction du tabagisme a été manifestement bénéfique pour la plupart des participants de ce groupe, qui ont souvent constaté qu'ils respiraient plus aisément, avaient une meilleure haleine et se sentaient tout simplement en meilleure santé dans l'ensemble.

« J'ai ressenti des avantages et des améliorations, comme une santé retrouvée, une respiration plus aisée, un sentiment général d'être en meilleure condition physique, plus fort, sans oublier certains avantages financiers. » - Homme, 45 ans et plus

« Mon degré d'énergie augmentait à mesure que je fumais moins. » - Homme, 30 à 44 ans

Si certains participants ont estimé avoir économisé de l'argent en réduisant leur consommation de tabac, ce n'était pas le cas de tous. D'autres participants disent avoir simplement réaffecté leurs dépenses de cigarettes à d'autres produits, notamment les dispositifs de vapotage et les substituts nicotiques, pour les aider à réduire leur consommation.

**Défis.** Les principaux défis pour de nombreux participants qui ont tenté d'arrêter de fumer étaient la perturbation de leur routine quotidienne et les envies de fumer qui accompagnaient un tel changement.

« [Des défis ?] Perturbation de la routine, mais je m'y habitue maintenant. » - Homme, 45 ans et plus

« La dépendance à la nicotine est très réelle et difficile à surmonter. » - Homme, 30 à 44 ans

« [Des défis ?] Tous les jours. Je n'étais pas assez motivée pour arrêter. » - Femme, 18 à 29 ans

« Oui, c'était difficile d'arrêter, je ressentais le besoin de recommencer. » - Homme, 18 à 29 ans

Parmi les autres défis, citons l'impact du stress et la pression des situations sociales, deux facteurs que les participants ont associés à un désir accru de fumer. Quelques-uns ont indiqué que le fait d'être à la maison (en raison de la COVID-19) et d'être moins exposés à des situations tentantes a en fait facilité le respect de leurs objectifs.

« C'était difficile, car mes collègues de travail fumaient encore. J'avais l'impression d'avoir perdu ce point commun avec elles. Parfois, les envies de fumer devenaient fortes. » - Femme, 18 à 29 ans

« J'ai toujours aimé fumer, voilà mon défi. Le fait de prendre un café contribue également à mon envie de fumer. Je me plaisais à fumer en compagnie d'une amie, mais j'ai dû y renoncer à cause de la COVID et des restrictions sociales. » - Femme, 45 ans et plus

« En fait, grâce aux protocoles de COVID-19, il m'a été un peu plus facile d'arrêter de fumer, étant donné que je passais la plupart de mon temps à la maison. Les défis sont apparus au contact d'amis ou de collègues qui fumaient. » - Homme, 45 ans et plus

Quelques participants ont mentionné avoir éprouvé l'effet secondaire d'une prise de poids.

**Conseils à autrui.** Interrogés sur la question de savoir s'ils auraient fait quelque chose différemment ou s'ils avaient des conseils à donner aux autres, les anciens fumeurs ont clairement exprimé des regrets. Le principal conseil qu'ils donneraient à d'autres est de tenter d'arrêter de fumer plus tôt ou de ne jamais commencer à fumer du tout. Outre le fait de ne jamais commencer, obtenir le soutien d'autres personnes (professionnels de la santé, groupes de soutien, etc.) dans le cadre du plan d'abandon du tabac était un conseil courant.

*« Je l'aurais certainement fait plus tôt. Mon conseil est de ne jamais commencer ! » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Je crois que j'adopterais la même approche que celle que j'ai suivie, qui a plutôt bien fonctionné, et qui fonctionne toujours. J'ai considérablement réduit ma consommation de tabac. Je conseillerais simplement aux autres d'essayer d'établir un programme ou une routine qui leur convient. Il est possible de trouver des moyens ou des ressources pour arrêter de fumer en faisant des recherches en ligne, ou en parlant à son médecin. » - Homme, 45 ans et plus*

*« J'aurais probablement dû demander à mon généraliste des médicaments pour arrêter de fumer. » - Homme, 45 ans et plus*

Bien que de nombreux participants aient déclaré recourir au vapotage ou à d'autres substituts nicotiques dans le cadre de leur démarche de renoncement au tabac, deux d'entre eux ont expressément déclaré qu'ils ne le recommanderaient pas à d'autres personnes, car ils estiment qu'il s'agit simplement de remplacer une mauvaise habitude par une autre.

*« Avec le recul, je considère que je n'aurais jamais dû commencer à vapoter alors que j'avais complètement arrêté la cigarette. J'ai essayé de remplacer la cigarette par le vapotage, ce qui était un très mauvais choix. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Arrêtez d'un coup sec. Abandonner une mauvaise habitude pour en adopter une autre n'est pas la solution. Vous pouvez arrêter de fumer si vous y mettez du vôtre ou avec l'aide d'un professionnel. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'ai recouru à un substitut pour cesser de fumer, voilà que je considère utiliser un substitut pour cesser de vapoter. » - Homme, 45 ans et plus*

### **Ont arrêté ou essayé d'arrêter de vapoter ou de réduire leurs habitudes de vapotage**

Dix-neuf participants ont soit arrêté de vapoter au cours de l'année antérieure (n = 3), soit essayé d'arrêter (n = 4) ou au moins de réduire la fréquence de vapotage ou la quantité de substances vapotées (n = 12).

**Motivation.** Motivation. Tout comme ceux qui essaient d'arrêter de fumer, ceux qui ont arrêté de vapoter ou qui ont réduit leur fréquence de vapotage l'ont fait pour diverses raisons. Bien que certains de ces participants se soient initialement mis à vapoter pour les aider à arrêter de fumer, ils ne voulaient pas que le vapotage devienne une béquille ou une autre mauvaise habitude persistante.

*« C'était pour ma santé, et pour essayer de donner l'exemple à mes enfants et aux autres membres de ma famille. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Ce n'était pas bon pour moi — j'avais l'impression de remplacer une habitude par une autre. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'essaie d'arrêter de vapoter dans le cadre de ma résolution du Nouvel An, tout en réduisant mes dépenses. » - Homme, 30 à 44 ans*

Comme dans le cas de l'usage du tabac, les principaux facteurs de décision pour arrêter de vapoter tournaient souvent autour de la santé. De nombreux participants de ce groupe ont dit souhaiter améliorer leur santé globale et ont fait le choix d'arrêter ou de réduire leurs activités de vapotage dans le cadre de leurs objectifs généraux de santé et de bien-être. Quelques-uns ont spécifiquement mentionné le désir de réduire leur consommation de nicotine.

*« Je vapotais trop souvent et j'achetais beaucoup plus de liquide. Je commençais à craindre de devenir accro au vapotage sans en connaître les effets à long terme. » - Femme, 45 ans et plus*

« Je pensais à améliorer ma santé en général, en commençant par un meilleur régime alimentaire et une meilleure forme physique, sans oublier la santé mentale. Cela fait partie d'un plan de bien-être global que je commence à mettre en place. » - Femme, 18 à 29 ans

« Je commençais à réaliser que je vieillissais et que ma santé se détériorait. Je voulais recouvrer ma santé globale. » - Homme, 45 ans et plus

« Je ne voulais pas que la nicotine ait un impact sur ma santé. » - Femme, 18 à 29 ans

Chez certains de ces participants, la motivation à cesser de vapoter provenait de sources externes, telles que des professionnels de la santé ou des pairs, qui ont fourni des renseignements sur les effets négatifs du vapotage.

« J'ai entendu l'histoire selon laquelle quelqu'un était décédé des suites du vapotage et cela m'a fait peur. J'ai voulu arrêter principalement à cause de cela. » - Femme, 18 à 29 ans

« C'est mon médecin généraliste qui m'a conseillé d'arrêter de vapoter ou de réduire mon usage du vapotage. Je me disais que je finirais bien par arrêter de consommer des produits à base de nicotine et que je devais donc essayer maintenant. Je crois que j'étais d'humeur neutre et calme à ce moment-là. » - Homme, 45 ans et plus

**Processus.** Une première étape courante dans le processus de renoncement au vapotage consistait à réduire les niveaux de nicotine en achetant de nouveaux produits de vapotage sans nicotine ou à plus faible concentration de nicotine.

« J'ai commencé par remplacer certaines de mes dosettes de nicotine par des dosettes sans nicotine. » - Femme, 18 à 29 ans

« J'ai utilisé un liquide à vapoter à plus faible teneur en nicotine. » - Homme, 45 ans et plus

« J'ai diminué la teneur en nicotine et acheté une recharge plus petite pour mieux contrôler la quantité que je consommais par jour. » - Femme, 45 ans et plus

D'autres choisissent d'arrêter de vapoter « brutalement » (« cold turkey »).

« Tous mes liquides et dosettes étaient terminés. Je devais donc en racheter (en ligne) et c'était devenu compliqué. » - Femme, 18 à 29 ans

« J'ai arrêté brutalement. J'ai entrepris un programme d'exercices. Bien qu'il soit difficile d'arrêter brusquement, je pense que cela a mieux fonctionné pour moi. » - Homme, 45 ans et plus

Un autre plan d'action courant consistait à remplacer le vapotage par d'autres activités ou simplement à écarter toute tentation.

« J'ai commencé à consommer de la caféine comme substitut. Cela n'a fonctionné qu'un temps, car mon habitude de la marijuana était encore incontrôlable, et mon envie de vapoter ne s'est pas éteinte pour autant. » - Femme, 18 à 29 ans

« J'ai simplement fait abstinence de vapoter. » - Homme, 45 ans et plus

« J'essaie de m'occuper à d'autres choses et de ne pas penser à fumer ou à vapoter. Cela me convient tout à fait. »

**Avantages.** Plusieurs participants de ce groupe ont été incapables d'indiquer des avantages clairs liés à l'arrêt ou à la réduction de leurs activités de vapotage. Pour certains, ces avantages semblaient anéantis par le fait qu'ils ont recommencé ou continué à fumer.

« Aucun avantage, à part un peu d'économie sur les achats de liquides ou de recharges. » - Femme, 45 ans et plus

« [Des avantages ?] Pas encore perceptibles. » - Homme, 45 ans et plus

« [Des avantages ?] Non, j'ai eu du mal à cesser de vapoter. Ma santé mentale n'allait pas bien à cause de la pandémie. » - Femme, 18 à 29 ans

« [Des avantages ?] Pas vraiment, car j'ai fumé à la place. » - Femme, 45 ans et plus

Ceux qui ont ressenti des avantages en arrêtant de vapoter ont décrit des améliorations de leur état de santé similaires à la réduction de l'usage du tabac, notamment une respiration plus aisée et davantage d'énergie.

*« Je me sentais mentalement plus sereine et plus concentrée lorsque je ne prenais pas les dosettes de nicotine. J'avais l'impression de faire quelque chose de bien pour mon corps. Cela m'a amené à adopter une attitude plus positive dans l'ensemble. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Oui, j'ai remarqué des améliorations, notamment une meilleure capacité respiratoire et une plus grande endurance lors d'activités physiques. » - Homme, 45 ans et plus*

**Défis.** L'expérience d'arrêter de vapoter n'était pas uniforme parmi les participants. Alors que certains participants ont rencontré des difficultés pour composer avec le sevrage de la nicotine et les changements dans leurs habitudes et routines quotidiennes, d'autres ont semblé avoir plus de facilité à le faire.

*« Je suis devenu irritable et anxieux. J'ai pris un peu de poids et j'ai fait de l'insomnie. Je crois que la pandémie actuelle de COVID-19 m'a occasionné beaucoup de stress. » - Homme, 45 ans et plus*

*« J'ai eu du mal à arrêter du fait que la nicotine crée une dépendance. J'ai essayé de vapoter moins fréquemment. Je vapotais à l'extérieur, à l'insu de mes parents. Je devais vapoter à des moments propices. C'était stressant. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Je n'ai pas vraiment éprouvé de difficultés, hormis des envies occasionnelles. Je pense que la pandémie a fait en sorte que je passais plus de temps seul, et loin des amis qui pratiquent ces activités. » - Homme, 45 ans et plus*

**Conseils à autrui.** Les participants qui ont arrêté de vapoter ou qui vapotent moins fréquemment ont déclaré qu'ils conseilleraient à d'autres personnes d'obtenir du soutien pour arrêter de vapoter par le biais de programmes ou de professionnels de la santé. Certains ont mis en avant des stratégies qui se sont avérées personnellement efficaces dans leur situation, comme la réduction progressive de la nicotine ou les changements de routine pour qu'il soit plus facile d'éviter de vapoter. Les avis étaient partagés quant à savoir si le vapotage était un moyen utile d'arrêter de fumer ou s'il fallait l'éviter à cette fin.

*« Je ne pense pas que j'aurais pu faire les choses différemment. Je considère que j'ai eu un certain succès. Un conseil que je donnerais aux autres est d'essayer de trouver un programme ou une routine qui correspond à leur mode de vie. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Le secret est de réduire petit à petit la teneur en nicotine. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je commencerais à vapoter dès que possible pour me débarrasser des cigarettes. Ensuite, je diminuerais peu à peu mon usage du vapotage. C'est difficile, mais je me suis rendu compte que c'est une mauvaise habitude et que cela affecte beaucoup de choses dans la vie d'une personne. » - Femme, 45 ans et plus*

*« Ne commencez pas à vapoter si vous souhaitez arrêter de fumer. C'est tout aussi addictif. Recherchez d'autres ressources pour vous aider à arrêter de fumer. » - Femme, 45 ans et plus*

### Ont recommencé à vapoter

Trois participants ont déclaré avoir recommencé à vapoter après une période d'arrêt. Deux d'entre eux ont choisi de recommencer à vapoter pour diminuer leur consommation de cigarettes. Le troisième s'est vu conseiller par un professionnel de la santé de recommencer à vapoter pour régler un problème médical (non spécifié).

*« Pour réduire ma consommation de cigarettes. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« Je n'utilisais plus ma vapoteuse lors de voyages, j'ai donc décidé de l'utiliser plus régulièrement à la maison pendant le télétravail. De plus, je peux l'utiliser en toute sécurité à l'intérieur sans que la maison empeste la fumée en hiver. » - Femme, 45 ans et plus*

*« Pour des raisons médicales. Je ne voulais pas le faire et j'avais des craintes, car je n'aime pas fumer, mais maintenant, en raison des avantages que cela me procure, je le fais. » - Femme, 30 à 44 ans*

Parmi ce petit groupe de participants, le fait de passer plus de temps à la maison et le souhait d'économiser de l'argent ont motivé la décision de recommencer à vapoter.

*« J'ai décidé que si je devais passer autant de temps à la maison, je devais expérimenter des alternatives à la cigarette. Je ne voulais pas fumer plus souvent simplement parce que je le pouvais. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'ai simplement pris la décision d'essayer d'arrêter de fumer et d'économiser de l'argent. » - Homme, 30 à 44 ans*

Les participants de ce groupe se sentaient plutôt autodéterminés dans leur décision de recommencer à vapoter comme option préférable au tabac. Par conséquent, ils n'ont jamais considéré un quelconque soutien ou moyen qui aurait pu les aider à éviter de commencer ou de recommencer à vapoter.

*« J'ai recommencé à vapoter uniquement pour arrêter de fumer continuellement des cigarettes. Je ne ressentais pas le besoin d'un soutien quelconque. » - Femme, 45 ans et plus*

*« Non, je peux décider d'arrêter ou de recommencer comme bon me semble. » - Homme, 30 à 44 ans*

Ces participants n'ont pas donné de réponse détaillée à la question de savoir s'ils auraient fait quelque chose de différent pour éviter de recommencer à vapoter, à part faire preuve de volonté.

*« Il suffit de persévérer, de faire preuve de volonté. Plus facile à dire qu'à faire. » - Homme, 30 à 44 ans*

#### Autres commentaires

Interrogés à propos d'autres commentaires sur les transitions qu'ils ont vécues au cours de l'année antérieure, plusieurs participants ont évoqué le vapotage. Des perceptions positives et négatives du vapotage ont été exprimées. Toutefois, deux personnes qui avaient arrêté de vapoter ou étaient en train de le faire ont exprimé des commentaires laissant entendre que leur appréciation des saveurs des produits de vapotage avait peut-être entravé leurs efforts.

*« Arrêter de fumer des cigarettes est la meilleure chose que j'ai jamais faite. Vapoter a été la seule méthode fructueuse parmi toutes celles que j'ai essayées. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« Travailler à la maison et être seul me donne l'occasion de vapoter. Je m'ennuie et je finis par vapoter par simple plaisir. J'aime bien vapoter lorsque je roule seul en voiture, immergé dans l'odeur d'une bonne saveur que j'aime. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« Le vapotage crée une super dépendance et les saveurs du vapotage le rendent agréable et donc difficile à arrêter. » - Femme, 45 ans et plus*

*« Vapoter n'a RIEN à voir avec la cigarette. Je n'ai pas trouvé cela agréable. » - Femme, 30 à 44 ans*

## C. Facteurs influençant les transitions

Ce volet de l'exercice du babillard s'est déroulé lors de la deuxième journée, au cours de laquelle les participants ont été invités à approfondir leurs expériences personnelles et à discuter plus en détail des facteurs qui ont pu influencer leurs changements ou transitions de comportement en matière de vapotage et d'usage du tabac.

### Fluidité du comportement

**Sentiments à l'égard de l'usage du tabac :** Les fumeurs actuels et les anciens fumeurs ont été invités à décrire comment ils se sentaient lorsqu'ils fumaient. Le plus souvent, ils ont dit que fumer les faisait se sentir détendus, calmes et paisibles. Ces participants ont souvent évoqué l'usage du tabac comme une source d'apaisement du stress et de réconfort.

*« En général, fumer me permet de me sentir plus détendue. Je me retrouve seule avec mes pensées et j'ai l'impression de pouvoir me détendre. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Je me sens détendue et rassurée lorsque je fume. Si je suis anxieuse ou déprimée, c'est ce que je recherche pour me réconforter. » - Femme, 45 ans et plus*

*« PAISIBLE ! Surtout maintenant avec toute cette folie qui règne. Ça me détend. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Cela me procure un soulagement immédiat face au stress. » - Femme, 45 ans et plus*

Faisant écho à la discussion du premier jour sur les motivations qui poussent à fumer, certains participants, souvent de jeunes fumeurs âgés de 18 à 29 ans, ont également mentionné la dimension sociale de l'usage du tabac qui leur permet de se sentir « cool » et acceptés par leurs pairs, ou à l'inverse, rebelles.

*« Fumer me fait me sentir un peu "cosmopolite" et "cool", bien que ce ne soit pas la réalité. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Au début, quand je fumais, cela me permettait de m'intégrer à la foule. Tous mes amis étant fumeurs, je m'y suis mis moi aussi pour m'intégrer ou faire partie du groupe. Cela me faisait me sentir cool et populaire. Je me sentais plus calme et détendu lorsque je fumais. C'était comme si fumer était un excellent moyen de m'aider à faire face aux problèmes de la vie. » - Homme, 45 ans et plus*

*« J'aime la dimension esthétique de la cigarette. J'aime l'acte de fumer. C'est plutôt socialement inacceptable de fumer de nos jours et j'aime aller à contre-courant. » - Homme, 30 à 44 ans*

Les fumeurs et les anciens fumeurs ont fréquemment évoqué des sentiments mitigés à l'égard de la cigarette : d'une part, ils éprouvaient de bons sentiments et avaient des motivations ou des raisons précises de fumer, ce plaisir étant toutefois contrebalancé par des sentiments de culpabilité et de dégoût.

*« Sentir l'effet de la cigarette dans mon corps. Ressentir la fumée qui fait son œuvre. C'est un peu dégoûtant à la vue de tous les produits chimiques qui entrent dans l'organisme. Quand j'étais plus jeune, je me sentais fort et invincible, estimant qu'une petite cigarette ne pouvait pas faire beaucoup d'effets nocifs. J'avais tellement tort. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Le fait de fumer me fait sentir un peu coupable, mais cela me donne un sentiment instantané de relaxation, de paix et de calme. C'est comme si je faisais une pause dans mon quotidien chargé et stressant et que je m'évadais dans ma propre petite oasis. La culpabilité m'envahit ensuite, car je sais que c'est mauvais pour ma santé. Il s'agit d'une relation amour-haine. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« J'avais honte de fumer. Je déteste désormais le goût et l'odeur du tabac. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Cela me soulage, mais me fait aussi me sentir dégoûtante. Je n'aime pas fumer. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Quand je ressens de l'ennui ou de l'anxiété, je fume. Fumer est une source de plaisir, mais en contrepartie, j'éprouve une certaine culpabilité. » - Homme, 45 ans et plus*

**Sentiments à l'égard du vapotage :** Tous les participants à l'étude (qui sont tous des vapoteurs actuels ou anciens) ont été invités à décrire comment ils se sentaient en vapotant. La plupart des participants ont décrit le vapotage comme une expérience agréable et en ont souvent parlé comme d'un substitut convenable, bien qu'imparfait, des cigarettes. Pour de nombreux vapoteurs, le vapotage offrait une expérience similaire à celle des cigarettes, assortie d'une culpabilité ou d'une inquiétude moindre quant aux conséquences négatives souvent associées à l'usage du tabac.

*« Cela me fait l'impression de m'évader, de faire une pause ». - Homme, 45 ans et plus*

*« Le fait de vapoter me détend réellement. C'est plus doux que la cigarette et ça me rend moins anxieuse. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« J'aime ça et c'est plus "propre" que la cigarette, même si je suis conscient des risques. Vapoter est agréable et plus commode, car on peut le faire dans les lieux publics. C'est un peu plus acceptable socialement. » - Homme, 18 à 29 ans*

*« Cela répond à un besoin sans les sentiments de culpabilité ». - Homme, 30 à 44 ans*

*« Cela me donne l'impression d'avoir le contrôle de ma vie et de la situation. » - Femme, 18 à 29 ans*

Certains participants ont mentionné que le vapotage les a aidés à se sentir victorieux dans l'abandon du tabac.

*« J'aime bien vapoter. Cela me fait du bien d'avoir enfin arrêté de fumer. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Quand je vapotais, je me sentais vraiment bien. Pour être honnête, je me sentais mieux en vapotant qu'en fumant. En vapotant, j'avais l'impression d'avoir réussi à abandonner la cigarette. J'ai tellement aimé ça que j'ai complètement renoncé à l'habitude de fumer. Vapoter était ma nouvelle normalité et j'ai beaucoup aimé ça. » - Homme, 45 ans et plus*

*« J'ai l'impression de fumer quand je vapote. Cela m'aide à me passer des cigarettes. » - Femme, 45 ans et plus*

D'autres participants ont mentionné que le vapotage n'était pas un parfait substitut à la cigarette.

*« C'est une sensation un peu bizarre, une façon artificielle de fumer. Pour moi, ça ne remplace pas la sensation ou ça n'imites pas l'acte de fumer. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« Ce n'est pas aussi satisfaisant qu'une cigarette. Je préfère fumer une bonne vieille cigarette. La sensation de la fumée et l'inhalation sont plus agréables avec une cigarette. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Quand je vapote, je ressens le plaisir de ce bref effet de nicotine, qui n'est pas aussi intense que celui d'une cigarette. Donc, pour remédier à cela, j'ai dû opter pour une teneur en nicotine plus élevée. » - Homme, 45 ans et plus*

**Similitudes perçues :** les participants qui avaient déjà fait usage du vapotage et du tabac ont été invités à comparer les deux habitudes. Dans l'ensemble, ceux-ci ont trouvé que les deux étaient similaires. Le plus souvent, ces participants ont évoqué la présence de nicotine et d'autres substances chimiques comme point



commun entre les deux. Cette similitude marquée a conduit certains participants à considérer les deux comme de mauvaises habitudes. Certains participants ont mentionné que les deux produits créaient de la fumée et d'autres ont fait remarquer que fumer et vapoter impliquaient tous deux un mouvement de la main à la bouche.

*« Les deux satisfont mon besoin de nicotine... » - Homme, 45 ans et plus*

*« Les deux sont équivalents, mauvais pour la santé ». - Femme, 45 ans et plus*

*« Ils se ressemblent dans la mesure où ils renferment tous deux de la nicotine. Fumer procure de la nicotine en brûlant du tabac et vapoter procure de la nicotine en chauffant un liquide. Comme nous le savons tous, la nicotine n'est pas bonne pour la santé. Ces deux produits sont donc comparables, étant très mauvais pour la santé et pouvant provoquer un cancer du poumon et d'autres problèmes mortels. Leur usage entraîne l'inhalation de nombreux produits chimiques nocifs pour la santé. »*

**Différences perçues :** au sujet des différences entre le vapotage et l'usage du tabac, de nombreux participants estimaient que le vapotage semblait plus propre et offrait une plus grande flexibilité, tout en n'étant pas aussi satisfaisant que la cigarette. Bien qu'il semble y avoir un consensus parmi les participants sur les effets nocifs de l'usage du tabac, certains semblaient convaincus que le vapotage était une option plus saine et plus acceptable socialement.

*« Le vapotage a meilleur goût et est moins offensant pour autrui. Vapoter est une expérience agréable, notamment au goût et ne laisse pas d'arrière-goût. Fumer me fait tousser et me laisse un mauvais arrière-goût dans la bouche, une expérience désagréable. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Fumer est visuellement grossier et les produits sont pleins de substances chimiques. Fumer comporte des effets secondaires nocifs prouvés et étayés médicalement. En revanche, vapoter est visuellement plus sain grâce aux emballages, aux saveurs, aux dosages et aux options. On peut même y consommer du cannabis. Il s'agit d'une activité plus contrôlée et plus saine. » - Homme, 45 ans et plus*

Une autre différence notable mentionnée par les participants était que le vapotage offrait plus de flexibilité et de contrôle que les cigarettes. Ils pouvaient vapoter selon les saveurs et la teneur en nicotine qui leur convenaient, et ils pouvaient le faire tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

*« Le vapotage me procure une meilleure expérience, car je peux choisir la saveur et personnaliser mon état de calme.*

*La différence est que mon sentiment de calme et d'évasion est beaucoup plus marqué lorsque je fume que lorsque je vapote. Fumer me fait ressentir beaucoup plus de culpabilité. En vapotant, je ressens une sorte d'énergie calme, un sentiment de revigoration, alors qu'en fumant, je me sens plus déconnectée, d'une manière positive et apaisante. » - Femme, 45 ans et plus*

Malgré ces avantages perçus comme positifs et propres au vapotage, certains participants ont déclaré en retirer une satisfaction moindre que celle de fumer. Pour ces participants, le vapotage était une expérience différente, tant sur le plan mental que physique. Ils ont décrit des nuances dans la façon dont la consommation de tabac les faisait se sentir, et des différences dans les sensations que procurent les dispositifs de vapotage.

*« Je trouve que fumer est un peu plus âpre, mais cela m'aide à me détendre ou à oublier ce qui me stresse. Vapoter est moins âpre (plus doux) que fumer, mais je ne parviens pas à y trouver pleine satisfaction. Je me sens cependant plus détendue après avoir vapoté. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Pour moi, la nuance vient du fait que je ressens une réaction plus rapide en fumant une cigarette, c'est un sentiment plus fort. » - Homme, 45 ans et plus*

**Préférences :** Les participants ont été invités à expliquer quelle sensation ils préféreraient et pour quelles raisons. Même si certains ont éprouvé du mal à faire un choix parce qu'ils aimaient à la fois vapoter et fumer au vu de leurs avantages respectifs, il semblait y avoir une légère préférence envers le vapotage du fait que c'était un choix plus logique, basé sur la perception que c'était plus sain ou déculpabilisant de vapoter.

*« Je préfère vapoter parce que c'est plus sain pour la santé que fumer. Cependant, j'essaie d'arrêter de vapoter parce que je crains les risques pour ma santé. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Je préférais la sensation que procure le vapotage, simplement en raison des nombreuses saveurs que je pouvais essayer. En vapotant, je savourais ces merveilleuses saveurs sans vraiment me soucier de ma santé. La sensation qui me déplaisait le plus était celle du lendemain matin après de nombreuses cigarettes fumées la veille. Cette sensation d'être malade et la toux matinale m'étaient vraiment désagréables. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je préfère me faire plaisir et ne pas me sentir coupable. Je déteste éprouver de la culpabilité et m'inquiéter pour ma santé à long terme. » - Homme, 45 ans et plus*

Un petit nombre de participants ont déclaré préférer la cigarette au vapotage. Pour ceux-ci, les cigarettes procuraient une sensation et une expérience uniques que le vapotage n'arrive pas à leur faire ressentir.

*« J'aime l'acte de fumer. Je me sens rassasiée lorsque je fume des cigarettes. J'aime aussi le fait de vapoter, mais cela ne dégage pas les mêmes sensations ni les mêmes odeurs. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« La cigarette est plus légère et se tient entre 2 doigts. La vapoteuse doit être tenue entre le pouce et l'index. Je préfère la cigarette. » - Femme, 30 à 44 ans*

**Effets physiques :** en discutant des effets physiques de l'usage du tabac et du vapotage, de nombreux participants ont estimé que les deux activités comblaient leur manque de nicotine et procuraient un sentiment de relaxation, bien que l'on constate certaines différences dans les ressentis.

*« Ils comblent tous deux une envie, mais le vapotage procure une sensation plus relaxante, plus rapidement. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Lorsque j'ai commencé à vapoter, il m'arrivait d'éprouver de fortes envies. Je faisais la transition du tabac au vapotage et je mourrais d'envie de prendre ma première bouffée le matin. Cela me détendait et me mettait de bonne humeur. Quant à l'afflux de nicotine, c'était génial. » - Homme, 45 ans et plus*

Cependant, malgré ces similitudes relevées par l'ensemble des participants, beaucoup d'entre eux considèrent que la cigarette leur procure un afflux de nicotine plus fort et plus durable.

*« J'éprouve plus de satisfaction à fumer. L'afflux de nicotine dure plus longtemps qu'en vapotant. Après une cigarette, je n'ai pas envie d'en fumer une autre pendant un certain temps. Vapoter est une pratique assidue. J'ai l'impression que je dois vapoter bien plus souvent que lorsque je fume pour obtenir la même satisfaction. Les deux mécanismes apportent de la nicotine au corps, ce qui est nocif. » - Femme, 45 ans et plus*

*« Fumer procure une sensation de détente instantanée. Les effets vont d'un point culminant à une atténuation en une heure environ. À l'inverse, le vapotage semble ressenti dans l'instant. On ressent l'afflux de nicotine au moment de vapoter, qui s'atténue rapidement lorsqu'on arrête. J'ai donc tendance à vapoter plus longtemps et plus souvent. » - Homme, 45 ans et plus*

Si fumer procure un afflux de nicotine plus intense, la majorité des participants ont également éprouvé d'autres effets comme la toux, des essoufflements importants et même des douleurs pulmonaires qu'ils n'ont pas ressentis en vapotant.

*« Fumer me faisait tousser. Je devais parfois m'allonger au lit en haletant pour trouver de l'air. Il est beaucoup plus rare que je sois essoufflé en vapotant. Je suis devenu 90 % plus actif physiquement après avoir fait la transition de la cigarette au vapotage. J'ai toujours autant envie de nicotine. Cette envie est cependant plus facile à supporter. » - Homme, 18 à 29 ans*

*« Lorsque je fumais, l'envie de fumer m'accompagnait tout le temps. La première cigarette de la journée était si agréable. Peu de temps après avoir éprouvé de la toux et des malaises le matin, je m'y remettait et fumais à nouveau. Cette première cigarette me faisait me sentir détendu et j'aimais l'afflux de nicotine qui l'accompagnait. Je fumais ensuite toute la journée et toute la soirée en me sentant bien dans ma peau. » - Homme, 45 ans et plus*

*« De la toux, des sécrétions et une mauvaise odeur dans la bouche. Vapoter ne me pose pas vraiment de problème physique. Les côtés positifs des deux sont la relaxation, le fait de tuer le temps et les sensations de plaisir. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Fumer est plus éprouvant. J'en ressens une certaine angoisse. Les deux ont des effets similaires, tout dépend de la façon dont on voit les choses. Il y a beaucoup de facteurs à prendre en compte. Si je suis d'humeur stressée et déprimée, je sors mon stylo. Je me détends et je me relaxe. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Fumer me donne de la toux et me fait mal aux poumons. Vapoter comble mon besoin de nicotine. » - Homme, 45 ans et plus*

Interrogés sur la réaction physique qu'ils préféreraient, la plupart des participants ont exprimé une préférence pour la réaction physique associée au vapotage en raison des effets secondaires négatifs moindres par rapport aux cigarettes.

*« J'aime la réaction contenue (toux légère) du vapotage plus que les réactions occasionnées par les cigarettes (toux intense et essoufflement). Maintenant que l'on peut fumer et vapoter, on peut en comparer les effets. Le contrôle que procure le vapotage et l'absence de contrôle dans le cas des cigarettes est le facteur qui détermine mon choix de vapoter plutôt que de fumer. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je préfère la réaction physique du vapotage. Je me sens plus calme, je ne dégage pas une odeur de cendrier et je savoure ce processus d'évacuation du stress. Les deux ont un impact sur mon niveau d'énergie parce que je mange moins. » - Femme, 45 ans et plus*

*« La réaction physique que je préférais le plus était celle de vapoter. Il n'y avait pas de meilleure sensation que d'inhaler ces ingrédients savoureux et la relaxation qui en découlait. » - Homme, 45 ans et plus*

Bien que certains participants aient préféré la réaction physique du vapotage en général, le contexte social, le lieu et le moment de la journée ont joué un rôle dans les préférences d'autres participants. Le vapotage était souvent préféré pendant la journée, à l'intérieur, et dans tout autre contexte où fumer n'est pas approprié.

*« Cela dépend de la situation. Si je suis stressée, je préfère fumer pour me détendre. Si je suis fatiguée, je préfère vapoter pour m'endormir. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Je ne fumais jamais dans la maison. Donc, dès le matin, par beau ou mauvais temps, j'étais dehors avec un café et une cigarette. Je fumais tout au long de la journée, notamment pendant les nombreuses pauses de travail, jusqu'à ce que j'aie me coucher. Avec le vapotage, je peux faire cela chez moi, sans odeur et*

*sans déranger personne d'autre. Je vapote dès mon réveil, pendant mon travail à domicile, ou en conduisant ma voiture pour aller voir mon prochain client. C'est la façon moderne de fumer, mais sans fumée. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je fume tous les jours en journée ou en soirée à la maison dans mon jardin, ou parfois chez des amis. Je vapote une fois par semaine le vendredi avec des amis, chez eux ou chez moi dans le jardin. J'aime passer du temps avec mes amis en fumant ou en vapotant. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Je peux fumer une cigarette à tout moment de la journée, n'importe quel jour de la semaine, l'effet est toujours le même. Je préfère vapoter plus tard dans la journée, c'est tout simplement mieux pour moi, j'ai toujours vapoté seulement après 17 heures. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je fume à l'extérieur, au cours de la journée d'école/de travail (avant la COVID) avec des amis (avant la COVID). C'est incontestablement dicté par le contexte social. Je vapote seule à la maison, à tout moment de la journée, généralement le matin quand j'ai besoin d'une dose d'énergie supplémentaire et plus tard dans l'après-midi quand je commence à être fatiguée et à éprouver un manque de nicotine. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« J'ai l'impression que fumer est plus un phénomène de fin de soirée ou de sortie. Vapoter me semble être une activité plus acceptable pendant la journée. » - Femme, 18 à 29 ans*

Pour conclure la section sur la fluidité du comportement de consommation, les participants ont été invités à discuter de toute autre différence importante à leurs yeux concernant le fait de fumer et de vapoter. Les réponses ont principalement réitéré les points déjà abordés, évoquant souvent un sentiment d'amélioration de la santé personnelle, de contrôle et de tranquillité d'esprit associé au fait de vapoter. Certains ont également mentionné les différences de coût potentielles entre les cigarettes et les produits de vapotage.

*« Vapoter semble moins malsain que fumer. Je trouve cependant que fumer est plus satisfaisant. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Je crois que ce qui les distingue, c'est le degré de contrôle. Avec le vapotage, on peut choisir la saveur, les ingrédients et la teneur en nicotine. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Le fait de vapoter est moins offensant pour autrui. Aucune fumée secondaire ne vient perturber ma famille. » - Homme, 45 ans et plus*

*« La grande différence réside dans les coûts des cigarettes et ceux des produits de vapotage. Je crois que le vapotage est bien plus bénéfique pour la santé que les cigarettes. » - Homme, 45 ans et plus*

## Saveurs de vapotage

Pour la plupart des participants, le choix de la saveur était un aspect important de l'expérience de vapotage. En phase avec la recherche quantitative, les saveurs de fruits étaient les plus populaires, suivies de la menthe et de la vanille. La plupart des participants avaient essayé plusieurs saveurs différentes, surtout quand ils en étaient à leurs premières expériences de vapotage, avant d'en privilégier une en particulier. Bien que certains participants qui essayaient d'arrêter de fumer aient mentionné qu'ils aimaient la saveur du tabac, très peu ont préféré cette saveur aux autres.

En songeant aux transitions qu'ils ont vécues, les participants ont été invités à décrire dans quelle mesure les saveurs de vapotage avaient joué un rôle dans ces changements. Les participants des différents groupes de transition ont souvent évoqué que l'existence de saveurs ne faisait pas partie intégrante de leur décision initiale d'arrêter de fumer. Ceci étant dit, ces participants ont souvent reconnu que le vapotage n'était pas un substitut parfait à la cigarette. Comme cesser de fumer peut être un parcours difficile, les saveurs de vapotage pourraient

contribuer à une expérience de renoncement plus agréable pour eux. En fait, certains participants considéraient le vapotage comme une gâterie ou une récompense dans le cadre de leur tentative d'arrêter de fumer.

*« La saveur agréable a rendu l'abandon du tabac beaucoup plus facile. » - Homme, 45 ans et plus*

*« Je préfère goûter une saveur quand je vapote, cela fait une grande différence. » - Femme, 45 ans et plus*

*« J'ai adoré les saveurs, cela rendait l'expérience encore plus agréable. » - Homme, 18 à 29 ans*

*« Les saveurs de vapotage n'ont pas joué un rôle déterminant dans ma décision de diminuer ou d'arrêter mon usage du vapotage ou du tabac. L'intérêt d'essayer différentes saveurs était de les expérimenter. On peut dire que c'était pour apprécier et expérimenter les différentes variétés de saveurs. » - Homme, 45 ans et plus*

Cependant, certains participants ont eu l'impression que les saveurs étaient une arme à double tranchant qui pourrait rendre plus difficile de réduire ou d'arrêter le recours au vapotage.

*« Le seul inconvénient, c'est que le goût est si bon qu'on a envie de vapoter davantage. Fumer ne procure pas un tel goût. L'un ou l'autre n'est pas facile à arrêter. » - Femme, 45 ans et plus*

Les participants ont été interrogés sur l'impact que cela aurait sur eux si leur saveur de vapotage préférée n'était plus disponible. La plupart des participants ont estimé que ce désagrément n'était pas dramatique, car ils pourraient dénicher une autre saveur à leur goût.

*« J'aime plusieurs saveurs. Ainsi, si ma saveur préférée venait à disparaître du marché, je me tournerais vers d'autres saveurs. Les saveurs sont si nombreuses. Il en apparaît de plus en plus chaque jour. » - Homme, 45 ans et plus*

Un petit nombre de participants étaient d'avis contraire, suggérant que la disparition de leur saveur préférée pourrait les inciter à recommencer à fumer. Ceux qui utilisaient exclusivement la saveur du tabac étaient les plus susceptibles de faire partie de ce groupe.

*« Je suis très exigeante. Il se peut que si ma saveur préférée n'est pas disponible, je cesse de vapoter. » - Femme, 18 à 29 ans*

*« Si la saveur du tabac venait à disparaître du marché, je serais furieux. Je cesserais de vapoter et fumerais davantage. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« J'arrêtera probablement de vapoter si la saveur du tabac n'était plus offerte. » - Homme, 45 ans et plus*

*« En fait, cela me met en colère. Les saveurs sont proscrites dans ma province et cette mesure est inutile. Je vais continuer à vapoter la même quantité, à la même fréquence, sans le goût. La saveur n'est pas ce qui incite les jeunes à commencer. Pour plusieurs, c'est le besoin d'une sensation intense qui se distingue de l'ennui. RAMENEZ LES SAVEURS. » - Homme, 18 à 29 ans*

Si certains participants ont déclaré que le retrait des saveurs atténuerait l'attrait du vapotage, leurs opinions à ce sujet étaient partagées. D'une part, certains y voyaient un élément négatif, dans la mesure où cela les rendait moins enclins à utiliser le vapotage comme alternative à l'usage du tabac. D'autres y voyaient un avantage potentiel, notamment parce que cela réduirait le risque de dépendance au vapotage.

*« S'il n'y avait pas de saveurs, il est peu probable que j'aurais recouru au vapotage pour cesser de fumer. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Cela supprimerait le seul avantage par rapport aux cigarettes à mes yeux. » - Femme, 30 à 44 ans*

*« Je ne crois pas que je serais devenu dépendant de tant de saveurs si elles n'étaient pas disponibles. Je considérerais l'impact comme important si les saveurs m'avaient rendu dépendant du vapotage. Si les saveurs n'étaient plus disponibles, je pense que j'aurais arrêté de vapoter plus tôt que je ne l'ai fait. » - Homme, 45 ans et plus*

### **Impact de la pandémie sur les habitudes d'usage du tabac et de vapotage**

La pandémie de COVID-19 et les restrictions qui en découlent ont sans aucun doute amené de nombreux vapoteurs et fumeurs à modifier leurs habitudes quotidiennes. Les participants à cette étude ont exprimé des sentiments mitigés sur la façon dont la pandémie les avait affectés (ou non), mais ils étaient plus susceptibles de signaler une intensification de leurs habitudes de vapotage que de leurs habitudes d'usage du tabac. Près de la moitié de ceux qui vapotaient ou fumaient déjà ont déclaré que la pandémie les a incités à vapoter davantage. Moins de participants ont déclaré avoir commencé à fumer davantage pendant la pandémie.

Ceux qui tentaient d'arrêter ou de réduire leur usage du vapotage ont parfois rencontré des difficultés pendant la pandémie, se retrouvant plutôt à l'intensifier.

*« J'ai simplement intensifié mon vapotage au cours des derniers mois, alors que je pouvais vapoter à tout moment et n'importe où dans la maison. L'ennui et l'anxiété augmentent également le besoin de vapoter. » - Femme, 45 ans et plus*

Alors que le fait d'être à la maison offrait plus d'occasions de vapoter pour certains, d'autres ont trouvé que le contexte de leur foyer pendant la pandémie les faisait moins vapoter.

*« Je fume et je vapote moins. Je suis restée à la maison avec mon mari qui devait travailler à la maison à cause de la COVID. Je n'aime pas fumer ou vapoter en sa présence. » - Femme, 45 ans et plus*

Bien que la portée de la pandémie sur les habitudes de vapotage ait été assez mitigée parmi les participants, celle-ci a généralement amené les fumeurs à réduire leur fréquence d'usage du tabac, en particulier chez ceux qui fument dans un contexte social. Pour ces fumeurs, le fait d'être éloignés de leurs repères habituels a facilité le fait de fumer moins pendant les restrictions liées à la pandémie.

*« Il est possible que mon environnement de travail ait eu une certaine incidence sur mes habitudes. Je travaille désormais à la maison plutôt qu'au bureau. » - Homme, 30 à 44 ans*

*« Le fait de ne plus avoir un contexte social pour fumer et un stress accru m'ont conduit à fumer davantage. Le souci de ma santé en général et de son importance m'a incité à arrêter de fumer et à essayer de diminuer mes habitudes de vapotage. » - Femme, 18 à 29 ans*

Bien que la réduction de l'usage du tabac ait été plus répandue chez les participants qui fument ou avaient l'habitude de fumer, cette expérience n'était pas complètement universelle. Dans au moins un cas, les circonstances de la pandémie ont conduit à recommencer à fumer.

*« Oui, elle [la pandémie] m'a occasionné plus d'anxiété. J'ai changé de ville et d'emploi, donc de nouveaux cercles sociaux. » - Homme, 18 à 29 ans*

Bien que les conditions entourant la pandémie aient eu une incidence sur la fréquence de l'usage du tabac ou du vapotage pour certains, d'autres participants estiment que celles-ci n'ont pas vraiment eu d'incidence sur leurs habitudes ou ne les ont pas amenés à reconsidérer les décisions qu'ils avaient prises avant la pandémie.

*« Je fumais bien avant la pandémie, si bien que rien n'a changé dans mes habitudes ou mes comportements. » - Homme, 30 à 44 ans*

« Non, la pandémie n'a vraiment pas contribué à ma démarche d'une quelconque façon. J'allais arrêter de toute façon. » - Homme, 45 ans et plus

## D. Commentaires des participants

De nombreux participants n'avaient pas de commentaires particuliers à faire sur l'exercice, mais ceux qui l'ont fait ont généralement trouvé que c'était une expérience positive. Après avoir répondu à plusieurs vagues de l'étude quantitative avant de participer à l'exercice qualitatif en ligne, quelques participants l'ont trouvé plutôt répétitif.

« Je pense que ce type d'étude est très utile. Elle permet de recueillir de nombreuses opinions différentes sur le comportement des gens à l'égard du tabac et du vapotage. J'estime que le sondage était axé sur les bonnes questions et j'étais vraiment heureux d'y participer. Ce sujet peut être délicat pour certains, mais sensibiliser les gens et recueillir leurs opinions est un excellent moyen d'éduquer tout le monde sur ce sujet. Ce sondage abordait les bonnes questions et des informations pertinentes. » - Homme, 45 ans et plus

« Le sondage était facile à comprendre et à remplir. Certaines questions sont devenues un peu répétitives dans mon cas, mais dans l'ensemble ça me convenait. » - Femme, 45 ans et plus

Certains participants ont estimé que le fait de participer à cet exercice les a aidés à faire une réflexion personnelle tout au long de leur parcours.

« Il y a eu beaucoup de changements entre 2019 et maintenant. Je suppose que j'ai parcouru beaucoup de chemin. » - Femme, 45 ans et plus

Les participants ont également été invités à suggérer d'autres questions susceptibles d'être pertinentes pour une meilleure compréhension du vapotage, de l'usage du tabac et des transitions qui en découlent. En général, la plupart des participants ont estimé que les questions qui leur ont été posées couvraient de manière exhaustive les sujets qui les intéressaient.

« Je crois que le sondage comportait un ensemble de questions bien ciblées et qui incitaient à la réflexion. » - Femme, 18 à 29 ans

« Je considère que le sondage couvrait parfaitement tout ce qu'il faut savoir sur l'usage du tabac et le vapotage. » - Homme, 45 ans et plus

Certains participants ont avancé des suggestions sur les domaines où un examen plus approfondi pourrait s'avérer utile :

- Les composantes sociales de l'usage du tabac et du vapotage.
- Le rôle de la santé mentale chez les personnes qui vapotent.
- Les types de dispositifs de vapotage et le coût et l'abordabilité des alternatives à la nicotine.
- Les obstacles à l'abandon ou à la réduction de l'usage du tabac et du vapotage.
- Ressources et informations pour arrêter de fumer et de vapoter.

Dans l'ensemble, les participants ont apprécié leur participation à cette recherche et avaient bon espoir que leurs expériences seraient utiles.

« J'espère simplement que ce sera utile dans une mesure raisonnable et progressive. » - Homme, 18 à 29 ans

*« Je suis favorable à la collecte d'informations. Je considère qu'elle sert une cause utile. » - Homme, 30 à 44 ans*



## Annexe A : Dispositions définitives en matière de vapotage et d'usage du tabac

Les répondants ont été classés en fonction de leur statut de vapoteur et de fumeur au cours des trois vagues de l'étude. Cette représentation donne lieu à 48 dispositions possibles, présentées dans le tableau ci-dessous. Il convient de noter que ce tableau présente uniquement les résultats pour les répondants de 2021 (n = 337).

**Tableau 44 : Transitions dans le statut de vapoteur et de fumeur de 2019 à 2021\*.**

Février/juin 2019	Mars 2020	Mars 2021	Dispositions définitives en 2021
Utilisateurs mixtes (53 %)	Utilisateurs mixtes (30 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	1. Statut inchangé (22 %) 2. Ont arrêté de fumer (1 %) 3. Ont arrêté de vapoter (6 %) 4. Ont arrêté de fumer et de vapoter (1 %)
	Vapoteurs seulement (4 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	5. Fumeurs récidivants (1 %) 6. Statut inchangé (2 %) 7. Fumeurs récidivants qui ont arrêté de vapoter (<1 %) 8. Ont arrêté de vapoter (<1 %)
	Fumeurs seulement (14 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	9. Vapoteurs récidivants (6 %) 10. Ont arrêté de fumer (<1 %) 11. Statut inchangé (6 %) 12. Ont arrêté de fumer (1 %)
	Ni l'un ni l'autre (5 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	13. Fumeurs et vapoteurs récidivants (1 %) 14. Vapoteurs récidivants (<1 %) 15. Fumeurs récidivants (1 %) 16. Statut inchangé (1 %)
Vapoteurs seulement/anciens fumeurs (23 %)	Utilisateurs mixtes (3 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	17. Statut inchangé (1 %) 18. Ont arrêté de fumer (encore) (1 %) 19. Ont arrêté de vapoter (<1 %) 20. Ont arrêté de fumer (encore) et de vapoter (<1 %)
	Vapoteurs seulement (11 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	21. Fumeurs récidivants (1 %) 22. Statut inchangé (7 %) 23. Fumeurs récidivants qui ont arrêté de vapoter (<1 %) 24. Ont arrêté de vapoter (2 %)
	Fumeurs seulement (2 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	25. Vapoteurs récidivants (<1 %) 26. Vapoteurs récidivants qui ont arrêté de fumer (0 %) 27. Statut inchangé (1 %) 28. Ont arrêté de fumer (encore) et de vapoter (<1 %)
	Ni l'un ni l'autre (7 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	29. Fumeurs et vapoteurs récidivants (1 %) 30. Vapoteurs récidivants (<1 %) 31. Fumeurs récidivants (<1 %) 32. Statut inchangé (6 %)
Vapoteurs seulement qui n'ont jamais fumé (24 %)	Utilisateurs mixtes (5 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	33. Statut inchangé (3 %) 34. Ont arrêté de fumer (0 %) 35. Ont arrêté de vapoter (1 %) 36. Ont arrêté de fumer et de vapoter (<1 %)
	Vapoteurs seulement (5 %)	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement	37. Nouveaux fumeurs (<1 %) 38. Statut inchangé (2 %) 39. Nouveaux fumeurs (1 %)

		Ni l'un ni l'autre	40. Ont arrêté de vapoter (1 %)
Fumeurs seulement (1 %)		Utilisateurs mixtes	41. Vapoteurs récidivants (<1 %)
		Vapoteurs seulement	42. Vapoteurs récidivants qui ont arrêté de fumer (0 %)
		Fumeurs seulement	43. Statut inchangé (1 %)
		Ni l'un ni l'autre	44. Ont arrêté de fumer (<1 %)
Ni l'un ni l'autre (13 %)		Utilisateurs mixtes	45. Nouveaux fumeurs, vapoteurs récidivants (0 %)
		Vapoteurs seulement	46. Vapoteurs récidivants (3 %)
		Fumeurs seulement	47. Nouveaux fumeurs (1 %)
		Ni l'un ni l'autre	48. Statut inchangé (10 %)

*Échantillon : Tous les répondants*

## Annexe B : Méthodologie

Les résultats de la recherche sont basés sur un sondage quantitatif en ligne avec échantillon récurrent mené auprès de Canadiens âgés de 15 ans et plus qui avaient participé aux vagues de février ou de juin 2019 du sondage en ligne de Santé Canada auprès des vapoteurs, et subséquentement au sondage avec échantillon récurrent de 2020 également.

Des invitations pour participer à l'étude de suivi de 2021 ont été envoyées à ceux qui avaient répondu aux sondages antérieurs. Toutes les personnes invitées étaient âgées de 15 ans ou plus au moment du sondage de 2019 et étaient classées comme des **vapoteurs réguliers**, c'est-à-dire qu'elles avaient vapoté au moins une fois par semaine au cours des quatre semaines précédant le sondage de 2019. Les invitations ont été transmises à 2 000 membres inscrits au panel et 337 d'entre eux ont répondu au sondage, soit un taux de réponse de 17 %. Le sondage a été mené du **8 au 25 mars 2021**. Il a donc été réalisé tandis que la majorité de la population canadienne se trouvait en confinement en raison de la pandémie de COVID-19. Certaines données du sondage laissent entendre que la pandémie aurait contribué aux attitudes et aux comportements en matière de vapotage et d'usage du tabac (par exemple, les mentions d'un stress accru lié à la COVID-19), mais la portée de ces répercussions ne peut être déterminée de façon irréfutable.

Aucun quota n'a été utilisé dans la recherche afin de permettre à chaque participant potentiel de répondre au sondage. Les données ont été pondérées de façon à ce que les répondants de chaque vague correspondent à ceux de l'*Enquête canadienne de 2017 sur le tabac, l'alcool et les drogues* (ECTAD) en matière de région, de sexe et d'âge (15 à 19 ans, 20 à 24 ans, 25 ans et plus) à des fins de cohérence. Une telle approche a permis la réalisation d'une analyse longitudinale des mêmes répondants ayant pris part aux vagues de 2019 et de 2020 afin de faire le suivi de leur comportement durant cette période.

Les répondants de l'échantillon d'origine (et, par le fait même, de celui de 2021) ont été sélectionnés à partir de panels d'individus ayant accepté de participer à des sondages en ligne. Puisque l'échantillon utilisé s'appuie sur des personnes s'étant originalement portées volontaires pour participer au panel, aucune estimation formelle de l'erreur d'échantillonnage ne peut être calculée, et les résultats obtenus ne peuvent être décrits comme étant statistiquement représentatifs de la population cible.

### Population cible et conception de l'échantillon

L'échantillon utilisé pour ce projet était composé de répondants ayant participé à deux vagues antérieures distinctes du sondage par panel de vapoteurs réalisé par Santé Canada en 2019 :

- Vague 1 – février 2019 (ROP 083-18) : un sondage en ligne auprès de **2 027** Canadiens âgés de 15 ans ou plus classés comme des vapoteurs réguliers. Les cibles de quotas s'appuyaient sur les données de l'ECTAD de 2015 concernant l'âge, le sexe et la région des vapoteurs réguliers.
- Vague 2 – juin 2019 (ROP 141-18) : un sondage en ligne auprès de **2 043** Canadiens âgés de 15 ans ou plus classés comme des vapoteurs réguliers. Les cibles de quotas s'appuyaient sur les données de l'ECTAD de 2017 concernant l'âge, le sexe et la région des vapoteurs réguliers.

Tous les répondants de la première et de la deuxième vague ont été invités à participer à la quatrième vague, même s'ils n'ont pas participé à la troisième vague. Les résultats de la troisième vague sont présentés ci-dessous à titre informatif :

- Vague 3 - mars 2020 (ROP 098-19) : un sondage en ligne avec échantillon récurrent auprès de **997** Canadiens ayant participé initialement à la première ou à la deuxième vague. Aucun quota n'a été établi afin de permettre à chaque participant potentiel de répondre au sondage.

Les répondants sont classés comme des vapoteurs réguliers (s'ils ont vapoté au moins une fois par semaine au cours des quatre semaines précédentes) ou comme des non-vapoteurs. Ils sont aussi regroupés en trois segments, selon leur statut de fumeur : les fumeurs actuels (qui fument la cigarette tous les jours ou à l'occasion), les anciens fumeurs (qui ne fument pas actuellement, mais qui ont déjà fumé au moins 100 cigarettes au cours de leur vie) et les répondants n'ayant jamais fumé (qui n'ont jamais fumé une cigarette en entier ou encore qui ne fument pas actuellement et n'ont pas fumé 100 cigarettes au cours de leur vie). Les répondants qui correspondent aux profils de vapoteur régulier et de fumeur actuel sont classés comme utilisateurs mixtes. Les groupes d'âge présentés dans le cadre du présent rapport sont définis comme suit : les jeunes vapoteurs (âgés de 15 à 19 ans), les jeunes adultes vapoteurs (âgés de 20 à 24 ans) et les adultes vapoteurs (âgés de 25 ans et plus ou divisés entre les 25 à 44 ans et les 45 ans et plus).

Les répondants au sondage original de 2019 et au sondage avec échantillon récurrent de 2020 ont été sélectionnés à partir du panel *Qu'en pensez-vous*, composé de personnes ayant accepté de participer à des sondages en ligne. Pour pouvoir inclure des jeunes âgés de moins de 18 ans, des invitations ont été transmises aux membres du panel définis comme des parents d'enfants âgés de 15 à 17 ans. Ceux-ci ont dû consentir à ce que leur enfant participe à l'étude. L'enfant a pu, à partir de ce moment, répondre au sondage. (La même approche pour l'obtention du consentement parental a été utilisée en 2020 et 2021 au moment de communiquer à nouveau avec les répondants, même si certains des participants ont maintenant 18 ans ou plus et ne requièrent donc plus techniquement le consentement parental). Les répondants ayant participé aux études de 2019 ont été invités, qu'ils aient ou non participé au sondage avec échantillon récurrent de 2020. En raison de l'attrition des membres du panel en ligne, seuls 2 000 des répondants initiaux ont pu être contactés aux fins de l'étude 2021. Sur les 2 000 invitations déployées auprès des répondants précédents, un total de 337 répondants ont répondu à l'invitation de 2021 et ont rempli le sondage.

Comme le projet visait à recueillir des réponses longitudinales auprès des personnes ayant répondu à un sondage en 2019, aucun quota n'a été utilisé afin de permettre à tous les répondants potentiels de participer. Les 337 répondants du sondage de 2021 ont ensuite été pondérés de façon à refléter les plus récentes données de l'ECTAD concernant l'âge, la région et le sexe des vapoteurs réguliers au Canada (2017). Cette approche permet de corriger les taux de réponse différents au sein des groupes démographiques en veillant à ce que les résultats pondérés présentent les mêmes caractéristiques démographiques que celles des vagues précédentes.

Le tableau ci-dessous compare les caractéristiques démographiques des répondants des trois vagues de l'étude. La comparaison de ces pourcentages permet de démontrer les différences démographiques entre les répondants ayant été invités à participer et ceux ayant répondu au sondage. Seules des différences mineures sont observées sur le plan de la région et du sexe, mais les participants des groupes plus jeunes étaient moins susceptibles de répondre en 2020 et 2021 que ceux des groupes plus âgés. **Il convient de noter que l'âge est basé sur l'âge initial lors de l'étude de 2019, les changements au fil du temps ne sont donc PAS dus au vieillissement des répondants.** Les jeunes représentent 14,1 % des répondants de 2019, mais seulement 9,5 % de l'échantillon récurrent de 2020 et 8,3 % de l'échantillon récurrent de 2021. De même, les jeunes adultes représentent 17,2 % des répondants de 2019, 6,9 % de l'échantillon récurrent, et 2,7 % de l'échantillon récurrent de 2021. Il s'agit d'un phénomène typique des projets comportant des échantillons récurrents. Au fil du temps, certains répondants se désintéressent et refusent de participer à des vagues subséquentes, alors que d'autres cessent totalement toute participation au panel de sondage et ne peuvent être contactés et invités à toute participation ultérieure.

**Tableau 43 : Réponse non pondérée de l'échantillon total de 2019 et des échantillons récurrents de 2020 et 2021.**

Groupe démographique	Répondants de 2019 – non pondérés (n = 4 018)	Répondants de 2020 – non pondérés (n = 992)	Échantillon non pondéré de 2021 (n = 337)	Échantillon pondéré de 2021 (n = 337)
<b>Province</b>				
Atlantique	10,0 %	9,1 %	9,8 %	9,7 %
Québec	24,7 %	23,9 %	27,3 %	27,4 %
Ontario	27,4 %	29,1 %	20,5 %	20,4 %
Manitoba/Saskatchewan	9,9 %	8,9 %	6,8 %	10,2 %
AB	10,1 %	10,3 %	11,0 %	7,6 %
C.-B.	17,9 %	18,8 %	24,6 %	24,7 %
<b>Groupe d'âge (âge en 2019)</b>				
15 à 19 ans	14,1 %	9,5 %	8,3 %	24,9 %
20 à 24 ans	17,2 %	6,9 %	2,7 %	5,6 %
25 à 44 ans	35,9 %	40,6 %	32,3 %	25,2 %
45 ans et plus	32,8 %	43,0 %	56,7 %	44,3 %
<b>Sexe</b>				
Femme/fille	43,4 %	41,7 %	38,0 %	39,8 %
Homme/garçon	56,4 %	58,3 %	62,0 %	60,2 %
Autre	0,2 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %

Les différences démographiques sont corrigées en pondérant à la hausse les groupes sous-représentés pour que les totaux pondérés correspondent aux cibles de l'ECTAD 2017 relativement aux vapoteurs réguliers. Le tableau ci-dessous présente la répartition de tous les répondants de 2019 (qui ont reçu une invitation) et des échantillons récurrents de 2020 et 2021 en matière de niveau de scolarité et de revenu.

Même s'ils se ressemblent beaucoup, les répondants au sondage de 2021 étaient moins susceptibles de détenir un niveau de scolarité inférieur au niveau secondaire et de se situer dans la tranche de revenu la plus faible (moins de 20 000 \$ par année). Comme ces questions ont été posées aux répondants lors de chaque vague, on s'attend à un mouvement à la hausse du niveau d'éducation et du revenu, puisque de nombreux répondants étaient des jeunes ou de jeunes adultes au début de l'étude en 2019.

**Tableau 44 : Comparaison des variables socioéconomiques – échantillon total de 2019 et échantillons récurrents de 2020 et 2021**

Groupe démographique	Répondants de 2019 pondérés (n = 4 018)	Répondants de 2020 pondérés (n = 992)	Répondants de 2021 pondérés (n = 337)
<b>Scolarité</b>			
Études secondaires en partie ou moins	10 %	7 %	3 %
Diplôme d'études secondaires ou équivalent	24 %	19 %	23 %
Apprentissage enregistré ou autre certificat ou diplôme d'une école de métiers	8 %	8 %	5 %
Collège, cégep ou autre certificat ou diplôme non universitaire	25 %	26 %	31 %
Certificat ou diplôme universitaire inférieur au baccalauréat	7 %	6 %	5 %
Baccalauréat	18 %	25 %	24 %
Diplôme universitaire supérieur au baccalauréat	7 %	8 %	8 %
Je préfère ne pas répondre	1 %	1 %	1 %
<b>Revenu</b>			
Moins de 20 000 \$	11 %	7 %	5 %
De 20 000 \$ à moins de 40 000 \$	18 %	17 %	13 %
De 40 000 \$ à moins de 60 000 \$	17 %	18 %	18 %
De 60 000 \$ à moins de 80 000 \$	17 %	17 %	21 %
De 80 000 \$ à moins de 100 000 \$	12 %	14 %	12 %
De 100 000 \$ à moins de 150 000 \$	14 %	16 %	15 %
150 000 \$ et plus	6 %	7 %	10 %
Incertain(e)/je préfère ne pas répondre	5 %	5 %	5 %

## Conception du questionnaire

Environics a travaillé de concert avec Santé Canada afin de mettre au point un questionnaire permettant d'assurer que les objectifs de la recherche sont remplis et les questions, bien formulées. Une fois approuvé par Santé Canada, il a été traduit en français.

En collaboration avec Santé Canada, Environics a élaboré un questionnaire préliminaire qui reprenait les questions posées lors des vagues de février ou de juin 2019 et de 2020 de la recherche, en plus de comporter de nouvelles questions pour le sondage de 2021. Le questionnaire a été conçu de façon à répondre aux objectifs de ce projet et à se conformer aux normes du gouvernement fédéral en matière de recherche sur l'opinion publique. La version finale se trouve à l'annexe B.

Avant de régler les derniers détails du sondage pour que celui-ci puisse être utilisé sur le terrain, une préenquête (prélancement) a été menée en anglais (45 sondages terminés) et en français (7 sondages terminés). La préenquête a permis d'évaluer les questionnaires en ce qui a trait à la formulation et à l'enchaînement des questions, à la réactivité des répondants à des questions précises et au sondage dans son ensemble, mais aussi de déterminer la durée du sondage. Des questions préliminaires standards du gouvernement du Canada ont également été posées. La préenquête n'a donné lieu à aucun changement influant sur l'intégrité des entrevues réalisées ; celles-ci ont donc toutes été conservées pour faire partie de l'échantillon final.

## Travail sur le terrain

Les sondages ont été effectués par Environics dans un environnement de sondage Web sécurisé doté de toutes les caractéristiques requises. Les analystes de données d'Environics ont programmé les questionnaires avant de soumettre ceux-ci à des tests approfondis afin d'assurer l'exactitude de l'organisation et de la collecte des

données. Cette validation a permis de garantir que le processus de saisie des données était conforme à la logique de base du sondage. Le système de collecte de données a pris en charge les invitations, les quotas et les réponses au questionnaire (l'enchaînement des questions et les intervalles valides).

Tous les répondants ont eu la possibilité de répondre au sondage dans la langue officielle de leur choix. L'ensemble du travail de recherche a été effectué en conformité avec les Normes pour la recherche sur l'opinion publique effectuée par le gouvernement du Canada -- Sondages en ligne, de même qu'avec les lois fédérales applicables (Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques, ou LPRPDE). Tous les répondants au sondage ont été avisés que la recherche était commanditée par Santé Canada, que leur participation se faisait sur une base volontaire et que les renseignements recueillis étaient protégés en vertu des lois sur la protection de la vie privée.

Les répondants au sondage, sélectionnés à partir de panels d'individus ayant accepté de participer à des sondages en ligne, ont été récompensés pour avoir pris part au sondage selon le programme incitatif du panel. La récompense a été structurée de façon à refléter la durée du sondage et la nature de l'échantillon.

## Taux d'achèvement

Les répondants ont mis en moyenne 7,5 minutes pour répondre au sondage. Le taux de réponse obtenu est présenté dans le tableau ci-dessous :

**Tableau 45 : Répartition des communications**

	Nombre total d'adresses courriel utilisées	2 000
<b>Cas non valides</b>		0
o invitations envoyées par erreur à des personnes ne répondant pas aux critères de l'étude		0
o adresses de courriel manquantes ou incomplètes		0
<b>Sans réponse (U)</b>		<b>1 645</b>
o invitations par courriel retournées		0
o invitations par courriel sans réponse		1 645
<b>Admissibles sans réponse (IS)</b>		<b>18</b>
o aucune réponse de la part de répondants admissibles		0
o refus du répondant		0
o problème de langue		0
o non-disponibilité du répondant sélectionné (maladie, congé, vacances ou autre)		0
o abandons avant la fin (sondages commencés, mais non terminés)		18
<b>Réponse (R)</b>		<b>337</b>
o sondages terminés non admissibles - quota atteint		0
o sondages terminés non admissibles pour d'autres raisons		0
o sondages terminés		337
<b>Taux de participation = <math>R \div (U + IS + R)</math></b>		<b>16,9 %</b>

## Recherche qualitative

La deuxième phase du projet consistait en une activité de communauté en ligne qualitative. Le public cible de cette communauté en ligne se composait de répondants au sondage en ligne 2021. À la fin de ce sondage, il a été demandé aux répondants s'ils souhaitaient participer à l'exercice qualitatif. Ces répondants ont ensuite été invités par courriel à se joindre à la communauté en ligne qualitative.

La communauté en ligne a été rendue possible par l'entremise de la plate-forme de babillard électronique Recollective (programmée et hébergée au Canada). Celle-ci consistait à générer une discussion asynchrone se développant au fur et à mesure que les participants complétaient les exercices qui leur étaient assignés. Le guide de discussion pour cette recherche a été élaboré par Environics, en concertation avec Santé Canada ; les participants devaient répondre à des questions pertinentes basées sur leurs comportements antérieurs et actuels en matière de vapotage et d'usage du tabac, en prêtant une attention particulière aux transitions (c.-à-d., arrêts et rechutes). Des communautés en ligne francophones et anglophones distinctes ont été dirigées simultanément.

Au total, 46 participants (31 anglophones et 15 francophones) ont complété l'exercice qualitatif sur une fenêtre totale de trois jours, soit du 28 avril au 30 avril 2021. L'activité était conçue pour se dérouler sur deux jours, en incluant une journée supplémentaire pour permettre aux participants qui avaient besoin de plus de temps de compléter leurs réponses. La communauté en ligne a été encadrée par un modérateur pour veiller à ce que les participants soient réceptifs et respectueux des activités, et pour aider les participants qui rencontraient des difficultés sur la plateforme.

Les participants à la communauté en ligne ont été informés du but de l'exercice, de l'engagement en temps qu'il fallait y consacrer et des mesures incitatives s'y rattachant, et ont reçu des conseils sur la façon de protéger leur vie privée. La méthodologie employée visait à éviter toute attrition en minimisant la période séparant le recrutement et le début de l'exercice qualitatif. Les participants au sondage qui ont choisi de participer à l'exercice qualitatif ont également été contactés par un rappel la veille du début de l'exercice. Chaque participant qui a complété l'exercice qualitatif s'est vu remettre une rétribution de 150 \$ en guise de remerciement pour le temps consacré à la recherche.

Le profil des participants est présenté ci-dessous :

Caractéristiques démographiques des participants	Anglophones (n=31)	Francophones (n=15)
<b>Âge</b>		
18-29	10	3
30-44	8	7
45 ans et plus	13	5
<b>Sexe</b>		
Hommes	15	7
Femmes	16	8
<b>Transitions</b>		
Ont arrêté de vapoter ou essayé de réduire leurs habitudes de vapotage	12	5
Ont arrêté de fumer ou essayé de réduire le nombre de cigarettes fumées	16	7
Ont recommencé à vapoter	3	0
Ont commencé ou recommencé à fumer	6	1
<b>Usage du tabac</b>		
Non-fumeurs	31	14
Fumeurs actuels/anciens fumeurs	28	12



Cette recherche était de nature qualitative et non quantitative. Ainsi, les résultats donnent une indication des points de vue des participants sur les questions explorées, mais ils ne peuvent toutefois être généralisés à l'ensemble de la population générale ou aux individus des segments ciblés.

## Annexe C : Instrument de recherche quantitative

Environics Research  
8 mars 2021

Santé Canada

Enquête standard par panel de vapoteurs - printemps 2021

Questionnaire – PRÉENQUÊTE

*Échantillon récurrent de répondants aux sondages 2019 et de 2020 ; admissibilité - 100 %*

### PAGE D'ACCUEIL

Please select your preferred language for completing the survey./Veuillez choisir la langue dans laquelle vous préférez répondre au sondage.

01 - English/Anglais

02 - French/Français

### Renseignements généraux

#### **INVITATION POUR LES PARENTS ET LES TUTEURS LÉGAUX DES RÉPONDANTS DE 15 À 17 ANS**

En 2019, vous avez permis à votre adolescent de 15, 16 ou 17 ans de prendre part à un important sondage sur le vapotage mené par Santé Canada [RÉPONDANTS de 2020 SEULEMENT:], et de nouveau en mars/avril 2020. Nous lui sommes très reconnaissants de sa participation et nous aimerions en savoir davantage sur ses opinions à cet égard.

Cette fois encore, ce sondage durera environ 15 minutes. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le vapotage et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Puisque la confidentialité des réponses fournies par les participants est importante dans le cadre de ce sondage, nous vous demandons de vous assurer que votre adolescent y prendra part dans un endroit où ses réponses ne pourront pas être vues par d'autres personnes. Toutes les réponses fournies demeureront anonymes et confidentielles.

Si vous acceptez que votre adolescent prenne part à ce sondage, veuillez lui fournir le lien vers ce dernier.

Votre adolescent peut également accéder au sondage en copiant l'adresse URL suivante dans la fenêtre de son navigateur :

Nous vous remercions de votre soutien dans le cadre de cette importante recherche.

### **LE LIEN MÈNE À LA SECTION « INTRODUCTION POUR TOUS LES RÉPONDANTS » CI-DESSOUS**

Saut de page

#### **TOUS LES RÉPONDANTS**

En 2019, [RÉPONDANTS DE 2020 SEULEMENT:] puis en mars/avril 2020, vous avez pris part à un sondage sur le vapotage mené par Santé Canada. Nous vous remercions d'y avoir participé et aimerions en savoir davantage sur vos opinions à cet égard, que vous vapotiez ou non actuellement.

Cette fois encore, ce court questionnaire de **15 minutes** est mené par Environics, une société canadienne de recherche sur l'opinion publique, pour le compte de Santé Canada. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le vapotage et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Certaines des questions sont semblables ou identiques à celles du premier sondage. Nous vous demandons d'y répondre en fonction de ce que **vous pensez ou de ce que vous faites à l'heure actuelle**, sans réfléchir à vos réponses précédentes.

**RÉPONDANTS DE 15 À 17 ANS SEULEMENT** : Comme en 2019, [RÉPONDANTS DE 2020 SEULEMENT:] puis en mars/avril 2020, ton parent ou tuteur légal a accepté que tu participes à cette étude des plus importantes. Ta participation est entièrement volontaire ; il t'appartient donc de décider si tu souhaites répondre à nos questions. Nous espérons toutefois que tu le feras! Tu peux répondre au sondage sur ton ordinateur, ton portable, ta tablette ou ton téléphone. Tu peux mettre un terme à ta participation à tout moment si tu ne te sens pas à l'aise de répondre, ou encore choisir de ne pas répondre à certaines questions. Tes réponses ne seront pas montrées à tes parents, à tes tuteurs légaux, à tes enseignants ou à toute autre personne ; nous te demandons donc de répondre le plus honnêtement possible.

#### **Statut de vapoteur**

Les produits de vapotage comprennent divers produits qui contiennent un élément chauffant produisant, à partir d'un liquide, un aérosol que les utilisateurs peuvent inhaler à l'aide d'un embout buccal. Ils incluent un éventail de dispositifs, par exemple les similibigarettes, les appareils à réservoir et les vaporisateurs modifiés.

#### **[2020 Q1]**

1. Lesquelles des activités suivantes avez-vous effectuées **au cours des 30 derniers jours**?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

01 - Je n'ai pas vapoté au cours des 30 derniers jours **[EXCLUSIF]**

02 - J'ai vapoté des liquides SANS nicotine

03 - J'ai vapoté des liquides AVEC nicotine

04 - J'ai vapoté, mais je ne sais pas si mes liquides de vapotage contenaient de la nicotine ou non

05 - J'ai vapoté des liquides contenant du cannabis/de la marijuana/du THC/du CBD

#### **[2020 Q2]**

2. **[SI Q1=02-04]** Au cours des **quatre dernières semaines**, avez-vous utilisé un produit de vapotage **au moins** une fois par semaine?

01 - Oui  
 02 - Non  
 99 - Incertain(e)

VAPOTEUR RÉGULIER Q1=02-04 ET Q2=01  
 VAPOTEUR NON RÉGULIER : TOUS LES AUTRES

[NOUVELLE PAGE]

**REMARQUE** : Pour le reste du sondage, les questions posées feront uniquement référence aux liquides de vapotage avec ou sans nicotine, et non à ceux contenant du cannabis/de la marijuana/du THC.

## Recours au vapotage

POSER Q3-Q17 SI (TOUJOURS) VAPOTEUR RÉGULIER. SI VAPOTEUR NON RÉGULIER, PASSER À Q18.

[2020 Q3]

3. **[SI Q1=03]** Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté des liquides AVEC NICOTINE au cours des 30 derniers jours?

01 – J'en ai vapoté tous les jours  
 02 – J'en ai vapoté au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours  
 06 – J'en ai vapoté moins d'une fois par semaine, mais au moins une fois dans les 30 derniers jours  
**MONTRER SI CODE 2 SÉLECTIONNÉ** : À quelle fréquence avez-vous vapoté des liquides AVEC NICOTINE?  
 03 – Quelques fois par semaine  
 04 – Seulement les fins de semaine  
 05 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)

[2020 Q4]

4. **[SI Q1=02]** Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté des liquides SANS NICOTINE au cours des 30 derniers jours?

01 – J'en ai vapoté tous les jours  
 02 – J'en ai vapoté au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours  
 06 – J'en ai vapoté moins d'une fois par semaine, mais au moins une fois dans les 30 derniers jours  
**MONTRER SI CODE 2 SÉLECTIONNÉ** : À quelle fréquence avez-vous vapoté des liquides SANS NICOTINE?  
 03 – Quelques fois par semaine  
 04 – Seulement les fins de semaine  
 05 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)

[2020 Q5]

5. **[SI Q1=04]** Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté des liquides, sans savoir s'ils contenaient de la nicotine ou non, au cours des 30 derniers jours?

01 – Tous les jours  
 02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours  
 06 – J'en ai vapoté moins d'une fois par semaine, mais au moins une fois dans les 30 derniers jours  
**MONTRER SI CODE 2 SÉLECTIONNÉ** : À quelle fréquence avez-vous vapoté des liquides sans savoir s'ils contenaient de la nicotine ou non?  
 03 – Quelques fois par semaine

- 04 – Seulement les fins de semaine
- 05 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)

UTILISATEUR QUOTIDIEN : TOUT CODE 1 À Q3-Q5

UTILISATEUR NON QUOTIDIEN : PAS UN UTILISATEUR QUOTIDIEN (pas de code 1 à Q3-Q5)

A UTILISÉ DES LIQUIDES AVEC NICOTINE UNIQUEMENT AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS : Q1=03 ET Q1 <> 2

A UTILISÉ DES LIQUIDES SANS NICOTINE UNIQUEMENT AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS : Q1=02 ET Q1 <> 3

A UTILISÉ LES DEUX TYPES DE LIQUIDES AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS Q1=02 ET 03

6. QUESTION DÉPLACÉE APRÈS 9c

7. Question supprimée

9. Question supprimée

[2020 Q9a]

9a. Quelle marque de dispositif de vapotage utilisez-vous actuellement?

77 – [Réponse ouverte]

99 – Incertain(e) **PASSER À Q6NEW**

9b. Question supprimée

9c. Question supprimée

[2020 Q6NEW]

6NEW. [POSER SEULEMENT SI Q9a=99] Laquelle des images suivantes représente le mieux le dispositif de vapotage que vous utilisez actuellement?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

**RÉPARTIR ALÉATOIREMENT LA LISTE/LES IMAGES**

1. – Dispositif de vapotage jetable, c'est-à-dire non remplissable ou rechargeable (p. ex., similibigarettes)



2. – Dispositif de vapotage doté d'un réservoir que vous remplissez de liquide (p. ex., cigarettes électroniques modifiées ou « mods »)



3. – Dispositif de vapotage avec cartouches ou dosettes préremplies pouvant être remplacées



97 - Autre type de dispositif de vapotage n'apparaissant pas ici [ANCRER]

99 - Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

**PASSER À Q12 SI UTILISATION DE LIQUIDES SANS NICOTINE UNIQUEMENT AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS  
Q1=02 ET Q1 <> 3**

[2020 Q10]

**A VAPOTÉ DES LIQUIDES AVEC NICOTINE AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS**

10. Quelle est la teneur en nicotine des cigarettes électroniques, des cartouches, des dosettes ou des liquides de vapotage que vous utilisez actuellement? Vous pouvez répondre en indiquant un pourcentage ou un taux en mg/ml. Si vous utilisez différentes concentrations de nicotine, veuillez indiquer celle dont vous faites usage le plus souvent.

**Pourcentage**

01 – Aucune (0 %)

02 – Moins de 2 %

- 03 – 2 % à 4,9 %
- 04 – 5 % ou plus

**mg/ml**

- 05 – Aucune nicotine (0 mg/ml)
- 06 – Moins de 10 mg/ml
- 07 – 10 à 19 mg/ml
- 08 – 20 à 29 mg/ml
- 09 – 30 à 39 mg/ml
- 10 – 40 mg/ml ou plus

- 88 – Je préfère ne pas répondre
- 99 – Incertain(e)

11. Question supprimée

- 11a. Question supprimée
- 11b. Question supprimée

**[2020 Q12]**

12. Quelle saveur préférez-vous vapoter?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER UNE SEULE RÉPONSE.

**RÉPARTIR LA LISTE AU HASARD**

- 01 - Fruits
- 02 - Bonbons/confiseries
- 03 - Barbe à papa
- 04 - Café/thé
- 05 - Dessert
- 06 - Menthe/menthol
- 07 - Boissons énergisantes
- 09 - Céréales
- 09 - Biscuits
- 10 - Saveur de tabac
- 11 - Saveur de cannabis/marijuana (simplement la saveur, ne contient pas de THC ou de CBD)
- 12 – Alcool
- 13 – Boissons gazeuses
- 14 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 15 – Saveur florale/herbacée
- 97 – Autre [VEUILLEZ PRÉCISER] [ANCRER]
- 99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

[FÉV 2019 Q19]

12bc. Où vous procurez-vous **habituellement** vos dispositifs et liquides de vapotage?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

	Dispositifs de vapotage (Q12b)	Liquides de vapotage (Q12c)
Je les achète moi-même dans les magasins de cigarettes électroniques (en personne, pas en ligne)	01	01
Je les achète moi-même dans les dépanneurs	02	02
Je les achète moi-même dans les magasins de détail	03	03
Je les achète moi-même en ligne	04	04
Je les achète d'un ami	05	05
Je les achète d'une autre personne	06	06
Je demande à quelqu'un de les acheter pour moi	07	07
Un membre de ma famille me les donne ou me les prête	08	08
Un ami me les donne ou me les prête	09	09
Quelqu'un d'autre me les donne ou me les prête	10	10
Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)	97	97
Incertain(e)	99	99

Saut de page

[2020 Q12a]

12a. Quelle somme dépensez-vous au cours d'un mois normal pour des dispositifs (y compris chacun de leurs composants), ainsi que des dosettes ou du liquide à vapoter? VEUILLEZ INSCRIRE UN MONTANT.

Dispositifs \_\_\_\_\_ \$ par mois [FOURCHETTE 0 \$-700 \$]

999 - Je ne sais pas

Dosettes ou liquides de vapotage \_\_\_\_\_ \$ par mois [FOURCHETTE 0 \$-250 \$]

999 - Je ne sais pas

[2020 Q13]

13. Essayez-vous actuellement ou avez-vous déjà essayé...?

GRILLE - MONTRER DANS L'ORDRE

	J'essaie actuellement (01)	J'ai déjà essayé (mais pas actuellement) (02)	Je n'ai jamais essayé (03)	Incertain(e) (99)
a. D'arrêter de vapoter				
b. De réduire la fréquence de votre vapotage				

[2020 Q14]

TENTE D'ARRÊTER DE VAPOTER

14. [SI Q13a=01] Quel est votre niveau de détermination dans votre tentative actuelle d'arrêter de vapoter?

01 – Très déterminé(e)

02 – Plutôt déterminé(e)



- 03 – Peu déterminé(e)
- 04 – Pas du tout déterminé(e)
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q15]

TENTE D'ARRÊTER DE VAPOTER

15. [SI Q13a=01] Lesquels des moyens suivants, s'il y a lieu, utilisez-vous pour vous aider à arrêter de vapoter?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 03 – Timbres à la nicotine
- 04 – Gommages ou bonbons à la nicotine
- 05 – Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)
- 06 – Autres traitements de remplacement de la nicotine
- 07 – Counseling
- 08 – Acupuncture
- 09 – Hypnose
- 10 – Livres de croissance personnelle
- 11 – Ligne téléphonique pour le renoncement au tabac
- 12 – Cannabis
- 97 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 98 – Aucun moyen
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q16]

NE TENTE PAS ACTUELLEMENT D'ARRÊTER DE VAPOTER

16. [SI Q13a=02-03,99] Prévoyez-vous arrêter de vapoter?

- 01 – Oui, dans le prochain mois
- 02 – Oui, dans les 6 prochains mois
- 03 – Oui, dans la prochaine année
- 04 – Oui, dans plus d'un an
- 05 – Oui, je prévois arrêter de vapoter, mais je ne sais pas quand
- 06 – Non, je ne prévois pas arrêter de vapoter
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q17]

NE TENTE PAS ACTUELLEMENT D'ARRÊTER DE VAPOTER OU NE PRÉVOIT PAS LE FAIRE

17. [SI Q13a>01 ET Q16=06] Vous avez indiqué ne pas prévoir arrêter de vapoter. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous envisagez de **continuer de vapoter**?

- 77 – [Réponse ouverte]
- 99 – Incertain(e)

**Perception des effets nocifs du vapotage**

DEMANDER À TOUS

[2020 Q18]

18. À votre avis, dans quelle mesure chacun des produits suivants est-il nocif, s'il y a lieu, pour la santé de la personne qui l'utilise?

**MONTRER UN À LA FOIS (CARROUSEL) – RÉPARTIR ALÉATOIREMENT L'ORDRE**

	Très nocif (4)	Plutôt nocif (3)	Pas très nocif (2)	Pas du tout nocif (1)	Incertain(e) (99)
a. Produits de vapotage <b>AVEC</b> nicotine					
b. Produits de vapotage <b>SANS</b> nicotine					
c. Cigarettes					

Saut de page

### Statut de fumeur

**DEMANDER À TOUS SAUF SI TYPEFUMEUR = 1,2 OU MIXTE2020 = 1,2 ALORS SUPPOSER QUE Q19 = 1**

[2020 Q19]

19. Avez-vous déjà fumé une cigarette en entier?

01 - Oui

02 - Non

99 - Je ne sais pas/je préfère ne pas répondre

**DEMANDER À TOUS**

[2020 Q20]

20. [SI Q19=01 ou 99] Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette?

01 - Tous les jours

02 - Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 - Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

04 - Pas du tout

99 - Je ne sais pas/je préfère ne pas répondre

[2020 Q21]

21. [SI Q19=01 ou 99] Avez-vous fumé au moins 100 cigarettes au cours de votre vie?

01 - Oui

02 - Non

99 - Je ne sais pas/je préfère ne pas répondre

Saut de page

### POUR PROGRAMMATION – DÉFINITION DES GROUPES

**Fumeurs actuels :**

*Quotidien/occasionnel* - [SI Q20=01-03] ET [Q21=01]

*Expérimental* - [SI Q20=01-03] ET [Q21=02 ou 99]

**VAPOTEUR RÉGULIER** : Q1=02-04 ET Q2=01

Pour les données recueillies en 2021, créer les catégories suivantes au sein d'une variable appelée 2021TYPEFUMEUR basée sur les comportements actuels lors du sondage de 2021 :

1. **Utilisateurs mixtes** = fumeurs actuels (quotidien/occasionnel ou expérimental) ET vapoteurs réguliers [Q1=02-04 et Q2=01]

2. **Fumeurs seulement** = fumeurs actuels (quotidien/occasionnel ou expérimental) ET PAS des vapoteurs réguliers [Q1=02-04 et Q2=01]
3. **Vapoteurs seulement** = vapoteurs réguliers [Q1=02-04 et Q2=01] ET PAS DES FUMEURS ACTUELS
4. **Ni l'un ni l'autre** = PAS DES VAPOTEURS RÉGULIERS ET PAS DES FUMEURS ACTUELS

Voir ci-dessous les critères de logique pour définir les groupes suivants :

**NOUVEAUX FUMEURS**  
**FUMEURS RÉCIDIVANTS**  
**ANCIENS FUMEURS**  
**ONT ARRÊTÉ DE FUMER**  
**N'ONT JAMAIS FUMÉ**  
**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

#### PARTICIPANTS AYANT RÉPONDU AUX SONDAGES DE 2019 ET DE 2020

Pour les participants ayant répondu aux sondages de 2019 et de 2020, se reporter aux variables des données précédentes :

2019 = TYPEFUMEUR (01 = utilisateurs mixtes, 02 = anciens fumeurs, 03 = n'ont jamais fumé)

2020 = MIXTE2020 (01 = utilisateurs mixtes, 02 = fumeurs seulement, 03 = vapoteurs seulement, 4 = ni l'un ni l'autre)

2019 ET 2020	NOUVEAUX FUMEURS	(2019 TYPEFUMEUR = 3) ET (2020 MIXTE2020 = 3 OU 4) ET (2021 = FUMEURS ACTUELS)	NOUVEAUX FUMEURS EN 2021.
2019 ET 2020	FUMEURS RÉCIDIVANTS	(2019 TYPEFUMEUR = 1 OU 2) ET (2020 MIXTE2020 = 3 OU 4) ET (2021 = FUMEURS ACTUELS)	Fumeurs récidivants en 2021, ayant fumé en 2019 ou avant 2019, mais pas en 2020
2019 ET 2020	ANCIENS FUMEURS	(2019 TYPEFUMEUR = 1 OU 2) OU (2020 MIXTE2020 = 1 OU 2) ET (2021 = VAPOTEURS SEULEMENT (3) OU NI L'UN NI L'AUTRE (4))	Anciens fumeurs qui ne fument pas actuellement, mais qui l'ont déjà fait dans le passé, soit avant ou pendant le sondage de 2019, soit pendant celui de 2020.
2019 ET 2020	ONT ARRÊTÉ DE FUMER	(2020 MIXTE2020 = 1,2) ET (2021 = VAPOTEURS SEULEMENT (3) OU NI L'UN NI L'AUTRE (4))	Fumeurs en 2020, mais qui ne fument pas actuellement.
2019 ET 2020	N'ONT JAMAIS FUMÉ	(2019 TYPEFUMEUR = 3) ET (2020 MIXTE2020 = 3 OU 4) ET (2021 = VAPOTEURS (3) OU NI L'UN NI L'AUTRE (4))	Répondants n'ayant jamais fumé en 2019 et en 2020, et qui ne fument pas actuellement.
2019 ET 2020	ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER	(2020 MIXTE2020 = 1 OU 3) ET (2021 = FUMEURS SEULEMENT (2) OU NI L'UN NI L'AUTRE (4))	Vapoteurs en 2020, mais qui ne vapotent pas actuellement.

#### PARTICIPANTS AYANT RÉPONDU AU SONDAGE DE 2019, MAIS PAS CELUI DE 2020

Pour les participants ayant répondu au sondage de 2019, mais pas à celui de 2020, se reporter à la variable de 2019 TYPEFUMEUR.

2019 SEULEMENT	NOUVEAUX FUMEURS	(2019 TYPEFUMEUR = 3) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = FUMEURS ACTUELS)	Nouveaux fumeurs en 2021.
2019 SEULEMENT	FUMEURS RÉCIDIVANTS	(2019 TYPEFUMEUR = 2) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = FUMEURS ACTUELS)	Fumeurs récidivants en 2021.
2019 SEULEMENT	ANCIENS FUMEURS	(2019 TYPEFUMEUR = 1 OU 2) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = VAPOTEURS SEULEMENT OU NI L'UN NI L'AUTRE)	Anciens fumeurs qui ne fument pas actuellement, mais qui l'ont déjà fait dans le passé, avant ou pendant le sondage de 2019.
2019 SEULEMENT	ONT ARRÊTÉ DE FUMER	(2019 TYPEFUMEUR = 1) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = VAPOTEURS SEULEMENT OU NI L'UN NI L'AUTRE)	Fumeurs en 2019, mais qui ne fument pas actuellement.
2019 SEULEMENT	N'ONT JAMAIS FUMÉ	(2019 TYPEFUMEUR = 3) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = VAPOTEURS SEULEMENT OU NI L'UN NI L'AUTRE)	Répondants n'ayant jamais fumé en 2019 et qui ne fument pas actuellement.
2019 SEULEMENT	ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER	(2019 TYPEFUMEUR = 1-3) ET (2020 NON-RÉPONDANTS) ET (2021 = FUMEURS SEULEMENT OU NI L'UN NI L'AUTRE)	Vapoteurs en 2019, mais qui ne vapotent pas actuellement.

Saut de page

Février/juin 2019 (2019 TYPEFUMEUR)	Mars 2020 (MIXTE2020)	Mars 2021 (2021 TYPEFUMEUR)	Changements – 2020 à 2021
Utilisateurs mixtes	Utilisateurs mixtes	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Statut inchangé (01) Ont arrêté de fumer (02) Ont arrêté de vapoter (03) Ont arrêté de fumer et de vapoter (04)
	Vapoteurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Fumeurs récidivants (05) Statut inchangé (06) Fumeurs récidivants qui ont arrêté de vapoter (07) Ont arrêté de vapoter (08)
	Fumeurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Vapoteurs récidivants (09) Ont arrêté de fumer (10) Statut inchangé (11) Ont arrêté de fumer (12)
	Ni l'un ni l'autre	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Fumeurs et vapoteurs récidivants (13) Vapoteurs récidivants (14) Fumeurs récidivants (15) Statut inchangé (16)

Vapoteurs seulement/ anciens fumeurs	Utilisateurs mixtes	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Statut inchangé (17) Ont arrêté de fumer (encore) (18) Ont arrêté de vapoter (19) Ont arrêté de fumer (encore) et de vapoter (20)
	Vapoteurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Fumeurs récidivants (21) Statut inchangé (22) Fumeurs récidivants qui ont arrêté de vapoter (23) Ont arrêté de vapoter (24)
	Fumeurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Vapoteurs récidivants (25) Vapoteurs récidivants qui ont arrêté de fumer (26) Statut inchangé (27) Ont arrêté de fumer (encore) et de vapoter (28)
	Ni l'un ni l'autre	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Fumeurs et vapoteurs récidivants (29) Vapoteurs récidivants (30) Fumeurs récidivants (31) Statut inchangé (32)
Vapoteurs seulement qui n'ont jamais fumé	Utilisateurs mixtes	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Statut inchangé (33) Ont arrêté de fumer (34) Ont arrêté de vapoter (35) Ont arrêté de fumer et de vapoter (36)
	Vapoteurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Nouveaux fumeurs (37) Statut inchangé (38) Nouveaux fumeurs (39) Ont arrêté de vapoter (40)
	Fumeurs seulement	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Vapoteurs récidivants (41) Vapoteurs récidivants qui ont arrêté de fumer (42) Statut inchangé (43) Ont arrêté de fumer (44)
	Ni l'un ni l'autre	Utilisateurs mixtes Vapoteurs seulement Fumeurs seulement Ni l'un ni l'autre	Nouveaux fumeurs, vapoteurs récidivants (45) Vapoteurs récidivants (46) Nouveaux fumeurs (47) Statut inchangé (48)

Saut de page

POSER Q22-Q34 AUX FUMEURS ACTUELS.

Les prochaines questions portent sur la consommation de cigarettes (excluant la consommation de cannabis).

[2020 Q22]

FUMEURS ACTUELS

22. Les jours où vous fumez, combien de cigarettes fumez-vous habituellement?

[FOURCHETTE 1 – 90]

99 – Incertain(e)

[2020 Q23]

**NOUVEAUX FUMEURS** OU **FUMEURS RÉCIDIVANTS**

23. [VOIR LES DÉFINITIONS DES GROUPES CI-DESSUS.]

**NOUVEAUX FUMEURS #37,39,45,47:** Vos réponses précédentes indiquaient que vous n'aviez jamais fumé. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez commencé à fumer?

**FUMEURS RÉCIDIVANTS #05,07,13,15,21,23,29,31** Vos réponses précédentes indiquaient que vous ne fumiez pas. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez recommencé à fumer?

77 – [Réponse ouverte]

99 – Incertain(e)

23a. [**NOUVEAUX FUMEURS** OU **FUMEURS RÉCIDIVANTS**, MAIS EXCLURE SI 2020 MIXTE2020 = 2,4] Quelles saveurs vapotiez-vous principalement avant de [commencer/recommencer] à fumer?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT.

**RÉPARTIR LA LISTE AU HASARD**

01 - Fruits

02 - Bonbons/confiseries

03 - Barbe à papa

04 - Café/thé

05 - Dessert

06 - Menthe/menthol

07 - Boissons énergisantes

09 - Céréales

09 - Biscuits

10 - Saveur de tabac

11 - Saveur de cannabis/marijuana (simplement la saveur, ne contient pas de THC ou de CBD)

12 – Alcool

13 – Boissons gazeuses

14 – Sans saveur/aucune saveur dans la description

15 – Saveur florale/herbacée

97 – Autre [VEUILLEZ PRÉCISER] [ANCRER]

99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

**POSER Q24-Q27 AUX UTILISATEURS MIXTES**

[2020 Q24]

**UTILISATEURS MIXTES**

24. Lequel des énoncés suivants vous décrit le mieux?

01 - Je suis un(e) vapoteur(se)

02 - Je suis un(e) fumeur(se)

03 - Je suis un(e) fumeur(se) et un(e) vapoteur(se)

04 - Je ne suis ni un(e) fumeur(se), ni un(e) vapoteur(se)

99 – Incertain(e)

[2020 Q25]

**UTILISATEURS MIXTES**25. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les **raisons principales pour lesquelles vous vapotez?**

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

**LISTE POUR : LES UTILISATEURS MIXTES**

- 01 - J'essaie d'arrêter de fumer
- 02 - Pour réduire le nombre de cigarettes que je fume
- 03 - Je vapote là où la possibilité de fumer est limitée, ou où il est interdit de fumer
- 20 - Je peux vapoter discrètement ou sans me faire remarquer
- 04 - Je vapote dans certains contextes sociaux, où cela est mieux vu que le fait de fumer
- 05 - C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer
- 06 - C'est moins nocif pour les autres/la famille/les enfants que le fait de fumer
- 07 - Cela coûte moins cher que le fait de fumer
- 08 - J'aime les saveurs ou l'odeur
- 22 - Cela m'aide à me relaxer ou à faire face aux difficultés
- 09 - C'est amusant et intéressant
- 10 - J'aime faire des tours
- 11 - Mes amis ou les membres de ma famille vapotent
- 12 - Je vapote lorsqu'on me l'offre
- 13 - Cela me permet de prendre une pause du travail/de l'école/de la maison
- 14 - Cela passe le temps ou tue l'ennui
- 15 - C'est une habitude/un rituel
- 16 - Je le fais pour la poussée d'adrénaline que cela procure/c'est pour moi une autre source de nicotine
- 17 - C'est plus facile à acheter ou à obtenir que des cigarettes
- 18 - C'est plus facile à cacher aux membres de ma famille que le fait de fumer
- 19 - C'est pour moi une activité sociale que je fais avec des amis ou des membres de ma famille
- 97 - Autre (veuillez préciser)
- 99 - Incertain(e)

[2020 Q26]

**UTILISATEURS MIXTES, MAIS EXCLURE LES NOUVEAUX FUMEURS OU LES FUMEURS****RÉCIDIVANTS INCLURE #01,09,17,25,33,41**

26. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous **continuez** de **fumer** en plus de vapoter?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 01 - Par dépendance/je suis incapable d'arrêter/il est difficile d'arrêter
- 02 - Par habitude
- 03 - J'aime la sensation après avoir fumé/le vapotage ne procure pas la même sensation
- 04 - J'ai des envies de nicotine/tabac
- 05 - J'aime toujours fumer
- 08 - Je fume avec d'autres fumeurs/lorsque je prends un verre/dans un contexte social
- 10 - Je fume lorsque je me sens stressé(e)/je souffre d'anxiété
- 12 - Je préfère le goût de la cigarette
- 15 - Je préfère la cigarette/fumer au vapotage
- 94 - J'essaie d'arrêter de fumer graduellement
- 97 - Autre (veuillez préciser)

99 - Incertain(e)

[2020 Q27]

**UTILISATEURS MIXTES**

27. Au cours d'une journée normale, combien de fois vapotez-vous parce que vous ne pouvez pas fumer la cigarette (p. ex., dans les endroits où fumer n'est pas permis ou accepté)?

VEUILLEZ INSCRIRE LE NOMBRE DE FOIS : \_\_\_\_\_ [FOURCHETTE 0-50]

99 – Incertain(e)

**UTILISATEURS MIXTES** TENTANT D'ARRÊTER DE FUMER OU DE RÉDUIRE LE NOMBRE DE CIGARETTES FUMÉES [Q25=01-02]

[2020 Q28]

**UTILISATEURS MIXTES** QUI ESSAIENT D'ARRÊTER DE FUMER OU DE RÉDUIRE LE NOMBRE DE CIGARETTES FUMÉES

28. [SI Q25=01 ou 02] Avez-vous reçu de l'information ou des conseils d'une source quelconque sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes que vous fumez?

01 - Oui

02 - Non PASSER À Q30

99 - Incertain(e) PASSER À Q30

[2020 Q29]

**UTILISATEURS MIXTES** QUI ESSAIENT D'ARRÊTER DE FUMER OU DE RÉDUIRE LE NOMBRE DE CIGARETTES FUMÉES

29. [SI Q28=01] De quelles sources avez-vous reçu des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes que vous fumez?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

01 - Médecin

02 - Infirmière ou infirmière praticienne

02 - Pharmacien

03 - Dentiste

04 - Parent/tuteur légal

05 - Sœur/frère

06 - Ami/camarade de classe

07 - Collègue

08 - Groupe de soutien

09 - Magasin de cigarettes électroniques

10 - Forum Internet

97 - Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)

99 – Incertain(e)

[2020 Q30]

**UTILISATEURS MIXTES** QUI ESSAIENT D'ARRÊTER DE FUMER OU DE RÉDUIRE LE NOMBRE DE CIGARETTES FUMÉES

30. [SI Q25=01 ou 02] Avez-vous un plan précis ou une stratégie précise, déterminant les moments où vous fumez et ceux où vous vapotez, pour vous aider à arrêter de fumer?

01 - Oui

02 - Non

99 – Incertain(e)

[2020 Q31]

**UTILISATEURS MIXTES** QUI ESSAIENT D'ARRÊTER DE FUMER OU DE RÉDUIRE LE NOMBRE DE CIGARETTES FUMÉES

31. [SI Q25=01 ou 02] S'il y a lieu, quels sont les problèmes ou les défis associés aux produits de vapotage que vous utilisez pour vous aider à arrêter de fumer ou à réduire le nombre de cigarettes fumées?



77 – [Réponse ouverte]

99 – Incertain(e)

32. Question supprimée

### UTILISATEURS MIXTES NE TENTANT PAS ACTUELLEMENT D'ARRÊTER DE FUMER [Q25 > 01]

[2020 Q33]

### UTILISATEURS MIXTES NE TENTANT PAS ACTUELLEMENT D'ARRÊTER DE FUMER

33. [SI Q25=CODES 02-19, 97 ou 99] Prévoyez-vous arrêter de fumer la cigarette...?

01 - Dans le prochain mois

02 - Dans les 6 prochains mois

03 - À un certain moment dans l'avenir, dans plus de 6 mois

04 - Je ne prévois pas cesser de fumer **PASSER À LA SECTION SUIVANTE**

[2020 Q34]

### RÉPONDANTS PRÉVOYANT ARRÊTER DE FUMER

34. [Q33=01-03] Dans quelle mesure est-il probable que vous utilisiez chacun des moyens suivants pour vous aider à cesser de fumer la cigarette?

#### MONTREZ UN À LA FOIS (CARROUSEL) – RÉPARTIR ALÉATOIREMENT L'ORDRE

	Très probable (4)	Plutôt probable (3)	Pas très probable (2)	Pas du tout probable (1)	Incertain(e) (99)
a. Produits de vapotage AVEC nicotine					
b. Produits de vapotage SANS nicotine					
c. Timbres à la nicotine					
d. Gommages ou pastilles à la nicotine					
e. Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)					

Saut de page

POSER Q35 ET Q36 AUX **VAPOTEURS RÉGULIERS** ET AUX **ANCIENS FUMEURS** – **C.-À-D. PAS DES FUMEURS ACTUELS**

[2020 Q35]

### VAPOTEURS RÉGULIERS ET ANCIENS FUMEURS #02,06,10,14,18,22,26,30,34,42

35. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les **raisons principales pour lesquelles vous vapotez?**  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

#### LISTE POUR : ANCIENS FUMEURS

21 - J'ai utilisé le vapotage pour m'aider à arrêter de fumer

22 - J'ai utilisé le vapotage pour éviter de fumer des cigarettes ou de connaître une rechute

05 - C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer

- 06 - C'est moins nocif pour les autres/la famille/les enfants que le fait de fumer
- 07 - Cela coûte moins cher que le fait de fumer
- 08 - J'aime les saveurs ou l'odeur
- 22 - Cela m'aide à me relaxer ou à faire face aux difficultés
- 09 - C'est amusant et intéressant
- 10 - J'aime faire des tours
- 11 - Mes amis ou les membres de ma famille vapotent
- 12 - Je vapote lorsqu'on me l'offre
- 13 - Cela me permet de prendre une pause du travail/de l'école/de la maison
- 14 - Cela passe le temps ou tue l'ennui
- 16 - Je le fais pour la poussée d'adrénaline que cela procure/c'est pour moi une autre source de nicotine
- 17 - C'est plus facile à acheter ou à obtenir que des cigarettes
- 18 - C'est plus facile à cacher aux membres de ma famille que le fait de fumer
- 19 - C'est pour moi une activité sociale que je fais avec des amis ou des membres de ma famille
- 97 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 99 – Incertain(e)

36. Question supprimée

POSER Q37-Q42 AUX **RÉPONDANTS QUI ONT ARRÊTÉ DE FUMER** (QUEL QUE SOIT LEUR STATUT DE VAPOTEUR)

[2020 Q37]

**RÉPONDANTS QUI ONT ARRÊTÉ DE FUMER** #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44

37. [RAPPELER LA RÉPONSE FOURNIE AU QUESTIONNAIRE DE 2020 OU DE 2019]

**RÉPONDANTS QUI ONT ARRÊTÉ DE FUMER** : Vos réponses précédentes indiquaient que vous ne fumiez pas la cigarette à ce moment. Cette fois encore, vous ne fumez pas. S'il y a lieu, lesquels des moyens suivants avez-vous utilisés pour vous aider à arrêter de fumer la cigarette?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 01 - Produits de vapotage AVEC nicotine
- 02 - Produits de vapotage SANS nicotine
- 03 – Timbres à la nicotine
- 04 – Gommages ou bonbons à la nicotine
- 05 – Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)
- 06 – Autres traitements de remplacement de la nicotine
- 07 – Counseling
- 08 – Acupuncture
- 09 – Hypnose
- 10 – Livres de croissance personnelle
- 11 – Ligne téléphonique pour le renoncement au tabac
- 12 – Cannabis
- 97 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 98 - Je n'ai utilisé aucun moyen pour arrêter de fumer
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q38]

**RÉPONDANTS AYANT ARRÊTÉ DE FUMER #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44 ET AYANT EU RECOURS AU VAPOTAGE POUR ARRÊTER DE FUMER [Q37=01,02]**

38. [SI Q37=01 ou 02] S'il y a lieu, quels sont les problèmes ou les défis associés aux produits de vapotage que vous avez utilisés pour vous aider à arrêter de fumer?

77 – [Réponse ouverte]

99 – Incertain(e)

[2020 Q39]

**RÉPONDANTS AYANT ARRÊTÉ DE FUMER #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44 ET AYANT EU RECOURS AU VAPOTAGE POUR ARRÊTER DE FUMER [Q37=01,02]**

39. [SI Q37=01 ou 02] Avez-vous reçu de l'information ou des conseils d'une source quelconque sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer?

01 - Oui

02 - Non PASSER À Q41

99 - Incertain(e) PASSER À Q41

[2020 Q40]

**RÉPONDANTS AYANT ARRÊTÉ DE FUMER #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44 ET AYANT EU RECOURS AU VAPOTAGE POUR ARRÊTER DE FUMER [Q37=01,02]**

40. [SI Q39=01] De quelles sources avez-vous reçu des conseils sur le recours au vapotage pour arrêter de fumer?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

01 - Médecin

02 - Infirmière ou infirmière praticienne

02 - Pharmacien

03 - Dentiste

04 - Parent/tuteur légal

05 - Sœur/frère

06 - Ami/camarade de classe

07 - Collègue

08 - Groupe de soutien

09 - Magasin de cigarettes électroniques

10 - Forum Internet

97 - Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)

99 – Incertain(e)

[2020 Q41]

**RÉPONDANTS AYANT ARRÊTÉ DE FUMER #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44 ET AYANT EU RECOURS AU VAPOTAGE POUR ARRÊTER DE FUMER [Q37=01,02]**

41. [SI Q37=01 ou 02] Aviez-vous un plan précis ou une stratégie précise, déterminant les moments où vous fumiez et ceux où vous vapotiez, pour vous aider à arrêter de fumer?

01 - Oui

02 - Non

99 – Incertain(e)

[NOUVELLE QUESTION]

**RÉPONDANTS AYANT ARRÊTÉ DE FUMER #02,04,10,12,18,20,26,28,34,42,44 ET AYANT EU RECOURS AU VAPOTAGE POUR ARRÊTER DE FUMER [Q37=01,02]**

42. [SI Q37=01 OU 02] Quelles saveurs de liquide à vapoter vous ont le plus aidé(e) à arrêter de fumer?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

RÉPARTIR LA LISTE AU HASARD

- 01 - Fruits
- 02 - Bonbons/confiseries
- 03 - Barbe à papa
- 04 - Café/thé
- 05 - Dessert
- 06 - Menthe/menthol
- 07 - Boissons énergisantes
- 09 - Céréales
- 09 - Biscuits
- 10 - Saveur de tabac
- 11 - Saveur de cannabis/marijuana (simplement la saveur, ne contient pas de THC ou de CBD)
- 12 - Alcool
- 13 - Boissons gazeuses
- 14 - Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 15 - Saveur florale/herbacée
- 97 - Autre [VEUILLEZ PRÉCISER] [ANCRER]
- 99 - Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

POSER Q43 AUX VAPOTEURS RÉGULIERS ET QUI N'ONT JAMAIS FUMÉ

[2020 Q43]

VAPOTEURS RÉGULIERS QUI N'ONT JAMAIS FUMÉ #38,46

43. Lesquels des énoncés suivants décrivent le mieux les raisons principales pour lesquelles vous vapotez?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

LISTE POUR : LES RÉPONDANTS QUI N'ONT JAMAIS FUMÉ

- 05 - C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer
- 06 - C'est moins nocif pour les autres/la famille/les enfants que le fait de fumer
- 07 - Cela coûte moins cher que le fait de fumer
- 08 - J'aime les saveurs ou l'odeur
- 22 - Cela m'aide à me relaxer ou à faire face aux difficultés
- 09 - C'est amusant et intéressant
- 10 - J'aime faire des tours
- 11 - Mes amis ou les membres de ma famille vapotent
- 12 - Je vapote lorsqu'on me l'offre
- 13 - Cela me permet de prendre une pause du travail/de l'école/de la maison
- 14 - Cela passe le temps ou tue l'ennui
- 15 - C'est une habitude/un rituel
- 17 - C'est plus facile à acheter ou à obtenir que des cigarettes
- 18 - C'est plus facile à cacher aux membres de ma famille que le fait de fumer
- 19 - C'est pour moi une activité sociale que je fais avec des amis ou des membres de ma famille
- 20 - J'aime la poussée d'adrénaline que cela procure/la nicotine
- 97 - Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 99 - Incertain(e)

**VAPOTEURS RÉGULIERS OU FUMEURS ACTUELS :**

[2020 Q43a]

43a. En général, dans quelle mesure chacune des activités suivantes est-elle importante pour vous au quotidien?

**MONTRER UN À LA FOIS (CARROUSEL) – RÉPARTIR ALÉATOIREMENT L'ORDRE**

	Très importante (4)	Plutôt importante (3)	Pas très importante (2)	Pas du tout importante (1)	Incertain(e) (99)
a. [SI VAPOTEUR RÉGULIER] Vapoter					
b. [SI FUMEUR ACTUEL] Fumer					

[2020 Q43b]

43b. À quelle fréquence avez-vous l'impression que les autres vous jugent négativement quand vous...?

**MONTRER UN À LA FOIS (CARROUSEL) – RÉPARTIR ALÉATOIREMENT L'ORDRE**

	Souvent (4)	Rarement (3)	Parfois (2)	Jamais (1)	Incertain(e) (99)
a. [SI VAPOTEUR RÉGULIER] Vapoter					
b. [SI FUMEUR ACTUEL] Fumer					

POSER Q44-53 UNIQUEMENT À CEUX **QUI ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER** #03,04,07,08,19,20,23,24,28,35,36,40. TOUS LES AUTRES, PASSER À Q54.

[2020 Q44]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

44. Vos réponses antérieures indiquaient que vous vapotiez régulièrement. Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez décidé d'arrêter de vapoter?

77 – [Réponse ouverte]

99 – Incertain(e)

[2020 Q45]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

45. Avez-vous reçu de l'information ou des conseils d'une source quelconque sur la façon d'arrêter de vapoter?

01 - Oui

02 - Non **PASSER À Q48**99 - Incertain(e) **PASSER À Q48**

Saut de page

[2020 Q46]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

46. [SI Q45=01] De quelles sources avez-vous reçu des conseils sur la façon d'arrêter de vapoter?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 01 - Médecin
- 02 - Infirmière ou infirmière praticienne
- 02 - Pharmacien
- 03 - Dentiste
- 04 - Parent/tuteur légal
- 05 - Sœur/frère
- 06 - Ami/camarade de classe
- 07 - Collègue
- 08 - Groupe de soutien
- 09 - Magasin de cigarettes électroniques
- 10 - Forum Internet
- 97 - Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 99 - Incertain(e)

[2020 Q47]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

47. [SI Q45=01] Quels conseils avez-vous reçus sur la façon d'arrêter de vapoter?

- 77 - [Réponse ouverte]
- 99 - Incertain(e)

[2020 Q48]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

48. Avez-vous adopté l'une ou l'autre des approches suivantes pour vous aider à arrêter de vapoter?

**GRILLE - RÉPARTIR AU HASARD**

	Oui (01)	Non (02)	Incertain(e) (99)
a. Réduire la fréquence de votre vapotage			
b. Passer d'une teneur plus élevée à une teneur plus faible en nicotine			

[NOUVELLE QUESTION]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

48c. Quelles saveurs de liquide vous ont le plus aidé(e) à arrêter de vapoter?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

**RÉPARTIR LA LISTE AU HASARD**

- 01 - Fruits
- 02 - Bonbons/confiseries
- 03 - Barbe à papa
- 04 - Café/thé
- 05 - Dessert
- 06 - Menthe/menthol
- 07 - Boissons énergisantes
- 09 - Céréales

- 09 - Biscuits
- 10 - Saveur de tabac
- 11 - Saveur de cannabis/marijuana (simplement la saveur, ne contient pas de THC ou de CBD)
- 12 – Alcool
- 13 – Boissons gazeuses
- 14 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 15 – Saveur florale/herbacée
- 97 – Autre [VEUILLEZ PRÉCISER] [ANCRER]
- 99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

[2020 Q49]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

49. S'il y a lieu, lesquels des moyens suivants avez-vous utilisés pour vous aider à arrêter de vapoter?  
VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 03 - Timbres à la nicotine
- 04 - Gommages ou bonbons à la nicotine
- 05 – Médicaments (p. ex., Zyban ou Champix)
- 06 – Autres traitements de remplacement de la nicotine
- 07 – Counseling
- 08 – Acupuncture
- 09 – Hypnose
- 10 – Livres de croissance personnelle
- 11 – Ligne téléphonique pour le renoncement au tabac
- 12 – Cannabis
- 97 – Autre (VEUILLEZ PRÉCISER)
- 98 - Je n'ai utilisé aucun moyen pour arrêter de vapoter
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q50]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

50. Dans quelle mesure a-t-il été facile ou difficile pour vous d'arrêter de vapoter?

- 01 – Très facile
- 02 – Plutôt facile
- 03 – Plutôt difficile
- 04 – Très difficile
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q51]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

51. Combien de fois avez-vous tenté d'arrêter de vapoter avant de réussir?  
VOUS POUVEZ ENTRER UNE ESTIMATION, MAIS PAS UNE FOURCHETTE.

VEUILLEZ INSCRIRE LE NOMBRE DE TENTATIVES : \_\_\_\_\_ [FOURCHETTE 0-50]

- 99 – Incertain(e)

[2020 Q52]

**ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER**

52. Vous avez maintenant arrêté de vapoter ; comment savez-vous que cette fois-ci, vous avez réussi?

- 77 – [Réponse ouverte]
- 99 – Incertain(e)

[2020 Q53]

**RÉPONDANTS QUI ONT ARRÊTÉ DE VAPOTER ET ANCIENS FUMEURS #04,07,08,19,20,23,24,28,36**

53. Selon votre expérience, lequel des deux est-il le plus facile d'arrêter?

- 01 – Il est plus facile d'arrêter de vapoter
- 02 – Il est plus facile d'arrêter de fumer
- 03 – Il n'est pas plus facile ou difficile d'arrêter l'un ou l'autre
- 99 – Incertain(e)/je n'ai pas essayé d'arrêter de fumer

53c. Question supprimée

**DEMANDER À TOUS**

[2020 Q54]

54. Avez-vous consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER TOUTES LES RÉPONSES QUI S'APPLIQUENT

- 01 – J'en ai vapoté
- 02 – J'en ai fumé
- 03 – J'en ai consommé d'une autre façon (p. ex., produits comestibles)
- 04 – Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]
- 99 – Incertain(e) [RÉPONSE UNIQUE]

### Caractéristiques des répondants

D1. **LANGUE – RAPPELER LA RÉPONSE FOURNIE EN FÉVRIER/JUIN 2019**

D2. **IDENTITÉ (Autochtone, minorité visible, LGBTQ2) – RAPPELER LA RÉPONSE FOURNIE EN FÉVRIER/JUIN 2019**

[2019 D3]

D3. Quel est le plus haut niveau de scolarité que vous avez terminé?

- 01 – Études secondaires en partie ou moins
- 02 – Diplôme d'études secondaires ou équivalent
- 03 – Apprentissage enregistré ou autre certificat ou diplôme d'une école de métiers
- 04 – Collège, cégep ou autre certificat ou diplôme non universitaire
- 05 – Certificat ou diplôme universitaire inférieur au baccalauréat
- 06 – Baccalauréat
- 07 – Diplôme universitaire supérieur au baccalauréat
- 99 - Je préfère ne pas répondre

Saut de page

[2019 : D4]

D4. Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre situation d'emploi actuelle?

VEUILLEZ SÉLECTIONNER UNE SEULE RÉPONSE.

- 01 – Travailleur(se) à temps plein, c'est-à-dire 35 heures ou plus par semaine
- 02 – Travailleur(se) à temps partiel, c'est-à-dire moins de 35 heures par semaine
- 03 – Travailleur(se) autonome
- 04 – Sans emploi, mais à la recherche d'un emploi
- 05 – Étudiant(e) à temps plein ou à temps partiel



- 06 – Retraité(e)
- 07 – Je ne fais pas partie de la population active (personne au foyer à temps plein, ou sans emploi et ne cherchant pas de travail)
- 97 – Autre [NE PAS PRÉCISER]
- 99 – Je préfère ne pas répondre

## [2019 D5]

D6. [DEMANDER AUX RÉPONDANTS DE 16 ANS ET PLUS SEULEMENT] Laquelle des catégories suivantes représente le mieux le revenu total de votre ménage? Par cela, nous entendons le revenu total combiné de tous les membres de votre ménage, avant impôts.

- 01 – Moins de 20 000 \$
- 02 – De 20 000 \$ à moins de 40 000 \$
- 03 – De 40 000 \$ à moins de 60 000 \$
- 04 – De 60 000 \$ à moins de 80 000 \$
- 05 – De 80 000 \$ à moins de 100 000 \$
- 06 – De 100 000 \$ à moins de 150 000 \$
- 07 – 150 000 \$ et plus
- 99 – Incertain(e)/je préfère ne pas répondre

D7. Enfants de moins de 18 ans dans le foyer – RAPPELER LA RÉPONSE FOURNIE EN FÉVRIER/JUIN 2019

**POSER LES QUESTIONS « QUAL » DE RECRUTEMENT UNIQUEMENT AUX ADULTES DE 18 ANS OU PLUS :**

QUAL1. Nous souhaitons vous inviter à participer à une étude qualitative de suivi. Cette étude prendra la forme d'une communauté en ligne animée pour explorer de manière plus approfondie l'expérience de vapotage (passée et présente) des Canadiens et Canadiennes comme vous. Les participants recevront des [POINTS] en guise de remerciement pour le temps qu'ils nous auront consacré.

La communauté en ligne sera gérée par Environics Research (<https://environicsresearch.com/>) pour le compte du gouvernement du Canada.

Dans le cadre de votre participation, vous serez appelé(e) à prendre part à une série d'activités amusantes et interactives représentant environ une heure par jour, pendant deux jours consécutifs. Vous pourrez les réaliser en tout temps et à l'endroit qui vous convient.

Les activités de l'étude en ligne seront animées, ce qui signifie qu'un représentant d'Environics Research observera le babillard et pourrait vous poser des questions de suivi afin d'en savoir plus sur votre opinion. Les données recueillies seront stockées de façon sécuritaire sur les serveurs d'Environics Research à Toronto pendant environ 12 mois, à des fins de documentation et d'analyse uniquement. Environics Research prendra des mesures raisonnables pour conserver vos renseignements personnels seulement pendant la période requise pour réaliser l'étude. Pour en savoir plus, veuillez consulter la politique de confidentialité d'Environics Research : <https://environicsresearch.com/privacy-policy/>

Votre participation au forum en ligne est entièrement volontaire. Pour y participer, vous devrez fournir vos prénom, nom de famille et adresse courriel. Veuillez noter que ces renseignements (nom et courriel) ne seront utilisés que pour vous inviter si vous êtes sélectionné(e) pour participer à l'étude, et ils ne seront pas associés à vos réponses sur le forum en ligne.

Voulez-vous participer à l'étude de suivi?

- Oui
- Non

**SI OUI :**

QUAL1A. Le forum en ligne est anonyme : l'animateur aura accès uniquement à votre prénom et à certaines données démographiques de base (âge, genre, région). L'information que vous fournirez sur le forum ne sera associée à votre nom sur aucun document écrit. Vous aurez également la possibilité de faire part de vos réflexions sous forme de messages texte ou vidéo (en montrant ou non votre visage). Un représentant du

gouvernement du Canada pourrait observer les contributions faites par tous les participants du forum sous forme de messages texte ou vidéo, alors nous vous demandons de ne pas divulguer votre nom ou de l'information permettant de vous identifier ou d'identifier d'autres personnes sur le forum.

Acceptez-vous ces modalités de participation?

- Oui
- Non

QUAL2. Veuillez nous fournir les coordonnées suivantes pour que nous puissions vous acheminer les renseignements relatifs à la communauté en ligne si vous êtes retenu(e) pour y participer :

Prénom :	
Nom :	
Courriel :	

Je refuse de fournir mes coordonnées (vous ne pourrez pas participer).

**[SI COORDONNÉES FOURNIES]** Merci beaucoup. Si vous êtes admissible à l'étude, nous communiquerons avec vous dès que possible pour vous en aviser.

**[MONTRER À TOUS]** Voilà qui termine ce sondage. Au nom du gouvernement du Canada, nous vous remercions de votre participation.

## Annexe D : Instrument de recherche quantitative

### Jour 1 : Exploration des transitions

#### BONJOUR et BIENVENUE !

Merci de vous joindre à moi aujourd’hui ! Je m’appelle \_\_\_\_\_ et j’animerai cette discussion.

Au cours des deux prochains jours, je vais vous demander de me faire part de vos commentaires et de vos expériences par rapport à des sujets liés au vapotage et à la consommation de cigarettes. Chaque question principale comprendra des sous-questions. Veuillez y répondre de la façon la plus claire et la plus détaillée possible ; vos réponses sont très importantes pour moi et elles m’aideront à comprendre **vosre manière de penser** et **ce qui est important pour vous**.

Il est possible que je vous pose des questions de suivi pour m’assurer de bien comprendre vos réponses. N’oubliez pas de revenir consulter ce babillard pour voir si des questions de suivi vous sont adressées.

Aujourd’hui, nous discuterons de la façon dont votre vapotage ou votre consommation de cigarettes (s’il y a lieu) a évolué au cours de la dernière année, de ce à quoi ont ressemblé ces changements et ces transitions et de ce qu’ils vous ont fait ressentir. Lors de la 2e journée, nous discuterons davantage des facteurs qui pourraient influencer ces changements ou ces transitions. Nous comprenons qu’il pourrait être difficile ou délicat de parler de ces sujets. Si vous ne vous sentez pas à l’aise de répondre à une question, vous pouvez la sauter. Cependant, nous espérons que vous considérerez cette plateforme comme un lieu sûr dans lequel vous pouvez nous faire part de vos commentaires et de vos expériences en toute honnêteté.

Tout au long de la discussion, les questions sur le vapotage font référence au fait de vapoter des produits contenant de la nicotine ou des produits sans nicotine. Veuillez exclure le vapotage de cannabis.

Le personnel de Santé Canada pourrait observer les contributions faites par tous les participants par l’entremise d’un site Web, mais il n’aura accès à aucun renseignement permettant d’établir votre identité. Nous vous demandons de ne pas divulguer votre nom de famille ou de l’information permettant de vous identifier ou d’identifier d’autres personnes pendant cette discussion.

#### 1. Pour mieux vous connaître

- A. Pour commencer, veuillez vous présenter brièvement et mentionner quelque chose d’intéressant ou d’unique à votre sujet (vos champs d’intérêt, vos passe-temps, etc.) Si vous le souhaitez, vous pouvez téléverser une image qui vous représente ou qui illustre votre humeur actuelle. Cette option est tout à fait facultative ; vous pouvez donner votre réponse sous forme d’image ou de texte [*option de téléversement d’images*].

#### 2. Habitudes en matière de vapotage et de consommation de cigarettes

**(DEMANDER À TOUS)** Dans vos réponses au sondage, vous avez indiqué que vous vapotez actuellement ou que vous l’avez déjà fait dans le passé. Veuillez m’en dire un peu plus au sujet de vos habitudes actuelles (ou antérieures) en matière de vapotage.

- A. À quelle fréquence vapotez-vous (ou vapotiez-vous) (combien de jours par semaine, combien de fois par jour)?

•

- B. Où et quand vapotez-vous (ou vapotiez-vous)? Dans quelles circonstances (à la maison, à l'école, seul[e], en contexte social)? Qu'est-ce qui déclenche votre envie de vapoter?
- 
- C. Quels produits de vapotage utilisez-vous (ou utilisiez-vous)? Contiennent-ils (ou contenaient-ils) de la nicotine ou non? Pourquoi choisissez-vous (ou choisissiez-vous) ce produit?
- 
- D. Vapotez-vous (ou vapotiez-vous) habituellement avec une autre personne, un groupe de personnes, etc.? Si oui, veuillez décrire le lien entre ces personnes et vous-même (p. ex. un membre de la famille, votre conjoint[e], un[e] collègue) (veuillez ne pas mentionner leur nom).

[Autre page]

(Poser QA-D aux fumeurs actuels/anciens fumeurs.2021TYPEFUMEURFINAL=01-05,07,09-13,15,17,18,20,21,23,27,29,33,36,39,41,43) Dans les réponses que vous avez données aux questions du sondage, vous avez indiqué que vous fumez la cigarette ou que vous l'avez déjà fait dans le passé. Veuillez m'en dire un peu plus au sujet de vos habitudes actuelles (ou antérieures) en matière de consommation de cigarettes.

- A. À quelle fréquence fumez-vous (ou fumiez-vous) (combien de jours par semaine, combien de fois par jour)?
- 
- B. Où et quand fumez-vous (ou fumiez-vous)? Dans quelles circonstances (à la maison, à l'école, seul[e], en contexte social)? Qu'est-ce qui déclenche vos envies de fumer?
- 
- C. Quelles cigarettes fumez-vous (ou fumiez-vous)?
- 
- D. Fumez-vous habituellement avec une autre personne, un groupe de personnes, etc.? Si oui, veuillez décrire le lien entre ces personnes et vous-même (p. ex. un membre de la famille, votre conjoint[e], un[e] collègue) (veuillez ne pas mentionner leur nom).

## 2. Transitions

- A. La liste suivante décrit les **transitions** ou les **changements** que vous avez peut-être vécus relativement au vapotage ou à la consommation de cigarettes à un moment ou à un autre au cours des 12 derniers mois (entre avril 2020 et maintenant). Par exemple, vous avez peut-être tenté d'arrêter de fumer, commencé à vapoter pour la première fois (pour vous aider à arrêter de fumer), puis vous avez arrêté de vapoter (lorsque vous n'avez pas réussi à arrêter de fumer). Dans ce cas, vous choisiriez ces trois transitions.
- - Veuillez choisir les transitions qui s'appliquent à votre situation (au cours des 12 derniers mois).
  - 
  - PRÉSENTER DANS L'ORDRE INDIQUÉ ; NE PAS RÉPARTIR ALÉATOIREMENT
  -

- 01 - J'ai commencé à vapoter pour la première fois
- 02 - J'ai recommencé à vapoter (après une pause)
- 03 - J'ai arrêté de vapoter (avec succès)
- 04 - J'ai tenté ou je tente d'arrêter de vapoter
- 05 - J'ai tenté ou je tente de réduire mon vapotage (la fréquence ou la teneur)
  
- 06 - J'ai commencé à fumer pour la première fois
- 07 - J'ai recommencé à fumer (après une pause)
- 08 - J'ai arrêté de fumer (avec succès)
- 09 - J'ai tenté ou je tente d'arrêter de fumer
- 10 - J'ai tenté ou je tente de réduire ma consommation de cigarettes (la fréquence ou le nombre de cigarettes fumées)
  
- 11 - Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]

B. [DEMANDER À TOUS] Au cours des 12 derniers mois, avez-vous vécu d'autres transitions relativement à votre vapotage ou votre consommation de cigarettes (s'il y a lieu) qui n'apparaissent pas dans cette liste?

- 01 – Oui – veuillez expliquer (champ de texte)
- 02 – Non

ASK SECTIONS 3-6 IF EXPERIENCED RELEVANT TRANSITIONS AT Q2a. SI << AUCUNE >> (CODE 11), PASSER À Q7.

### 3. Ont commencé ou recommencé à fumer (06, 07)

J'aimerais que vous réfléchissiez à la période de transition cette année pendant laquelle vous avez commencé ou recommencé à fumer. J'aimerais que vous m'expliquiez étape par étape la façon dont la transition s'est déroulée, de la façon la plus détaillée possible.

- A. Pourquoi avez-vous commencé ou recommencé à fumer?
- B. Que se passait-il dans votre vie à ce moment-là? Que ressentiez-vous, viviez-vous, pensiez-vous? Si vous le souhaitez, veuillez téléverser une image qui illustre votre humeur à ce moment-là. *[option de téléversement d'images]*
- C. Que s'est-il passé pour que vous commenciez ou recommenciez à fumer? Quels sont les événements qui ont conduit au premier jour où vous avez commencé ou recommencé à fumer?
- D. Avec le recul, quels sont les facteurs qui ont contribué au fait que vous avez commencé ou recommencé à fumer au moment où vous l'avez fait?
- E. Auriez-vous pu recevoir du soutien qui vous aurait aidé à éviter de commencer ou recommencer à fumer?

- F. Avec le recul, y a-t-il quoi que ce soit que vous auriez pu ou dû faire différemment? Y a-t-il des conseils que vous pourriez donner aux autres pour qu'ils évitent de commencer ou recommencer à fumer?

*(Note à l'animateur : si le participant a commencé à fumer pour la première fois [2a=06], explorer le jour 2 : dans quelle mesure le vapotage y a-t-il contribué?)*

#### 4. Ont arrêté ou essayé d'arrêter de fumer ou de réduire le nombre de cigarettes fumées (08-10)

J'aimerais que vous réfléchissiez à la période de transition cette année pendant laquelle vous avez arrêté de fumer, tenté d'arrêter de fumer ou tenté de réduire votre consommation de cigarettes. J'aimerais que vous m'expliquiez étape par étape la façon dont la transition s'est déroulée, de la façon la plus détaillée possible.

- A. Pourquoi avez-vous arrêté de fumer, tenté d'arrêter de fumer ou réduit votre consommation de cigarettes?
- B. Que se passait-il dans votre vie à ce moment-là? Que ressentiez-vous, viviez-vous, pensiez-vous? Si vous le souhaitez, veuillez téléverser une image qui illustre votre humeur à ce moment-là. *[option de téléversement d'images]*
- C. Que s'est-il passé pour que vous arrêtiez de fumer ou réduisiez votre consommation de cigarettes? Quels sont les événements qui ont conduit au premier jour où vous avez arrêté de fumer ou réduit votre consommation de cigarettes?
- D. Qu'avez-vous fait en premier pour vous aider à arrêter de fumer ou à réduire votre consommation de cigarettes? S'il y a lieu, quelles autres mesures avez-vous prises par la suite?
- E. Avec le recul, quels sont les facteurs qui ont contribué au fait que vous avez arrêté de fumer ou réduit votre consommation de cigarettes au moment où vous l'avez fait?
- F. Avez-vous remarqué des bienfaits ou des améliorations dans votre vie (santé physique, santé mentale, socialisation, finances, etc.) après avoir réduit votre consommation de cigarettes, tenté d'arrêter de fumer ou arrêté de fumer?
- G. Avez-vous dû surmonter des défis pour respecter votre objectif de réduire votre consommation de cigarettes ou d'arrêter de fumer? Quels étaient-ils? Quels sont les obstacles qui se sont présentés?
- H. Avec le recul, y a-t-il quoi que ce soit que vous auriez pu ou dû faire différemment? Y a-t-il des conseils que vous pourriez donner aux autres afin de les aider?

#### 5. Ont arrêté de vapoter, tenté d'arrêter de vapoter ou réduit le vapotage (03 à 05)

J'aimerais que vous réfléchissiez à la période de transition cette année pendant laquelle vous avez arrêté de vapoter, tenté d'arrêter de vapoter ou tenté de réduire votre vapotage. J'aimerais que vous m'expliquiez étape par étape la façon dont la transition s'est déroulée, de la façon la plus détaillée possible.

- A. Pourquoi avez-vous arrêté de vapoter, tenté d'arrêter de vapoter ou réduit votre vapotage?

- B. Que se passait-il dans votre vie à ce moment-là? Que ressentiez-vous, viviez-vous, pensiez-vous? Si vous le souhaitez, veuillez téléverser une image qui illustre votre humeur à ce moment-là. *[option de téléversement d'images]*
- C. Que s'est-il passé pour que vous arrêtiez de vapoter ou réduisiez votre vapotage? Quels sont les événements qui ont conduit au premier jour où vous avez arrêté de fumer ou réduit votre consommation de cigarettes?
- D. Qu'avez-vous fait en premier pour vous aider à arrêter de vapoter ou à réduire votre vapotage? S'il y a lieu, quelles autres mesures avez-vous prises par la suite?
- E. Avec le recul, quels sont les facteurs qui ont contribué au fait que vous avez arrêté de fumer ou réduit votre consommation de cigarettes au moment où vous l'avez fait?
- F. Avez-vous remarqué des bienfaits ou des améliorations dans votre vie (santé physique, santé mentale, socialisation, finances, etc.) après avoir réduit votre consommation de cigarettes, tenté d'arrêter de fumer ou arrêté de fumer?
- G. Avez-vous dû surmonter des défis pour respecter votre objectif de réduire votre vapotage ou d'arrêter de vapoter? Quels étaient-ils? Quels sont les obstacles qui se sont présentés?
- H. Avec le recul, y a-t-il quoi que ce soit que vous auriez pu ou dû faire différemment? Y a-t-il des conseils que vous pourriez donner aux autres afin de les aider?

#### 6. Ont recommencé à vapoter (02)

J'aimerais que vous réfléchissiez à la période de transition cette année pendant laquelle vous avez recommencé à vapoter. J'aimerais que vous m'expliquiez étape par étape la façon dont la transition s'est déroulée, de la façon la plus détaillée possible.

- A. Pourquoi avez-vous recommencé à vapoter?
- B. Que se passait-il dans votre vie à ce moment-là? Que ressentiez-vous, viviez-vous, pensiez-vous? Si vous le souhaitez, veuillez téléverser une image qui illustre votre humeur à ce moment-là. *[option de téléversement d'images]*
- C. Que s'est-il passé pour que vous recommenciez à vapoter? Quels sont les événements qui ont conduit au premier jour où vous avez recommencé à vapoter?
- D. Avec le recul, quels sont les facteurs qui ont contribué au fait que vous avez recommencé à vapoter au moment où vous l'avez fait?
- E. Auriez-vous pu recevoir du soutien qui vous aurait aidé à éviter de recommencer à vapoter?
- F. Avec le recul, y a-t-il quoi que ce soit que vous auriez pu ou dû faire différemment? Y a-t-il des conseils que vous pourriez donner aux autres pour qu'ils évitent de recommencer à vapoter?

7. **[DEMANDER À TOUS]** Y a-t-il quoi que ce soit d'autre que vous aimeriez ajouter au sujet des transitions se rapportant au vapotage ou à la consommation de cigarettes que vous avez vécues au cours de la dernière année?

C'est tout pour aujourd'hui – merci beaucoup d'avoir participé à cette discussion et de nous avoir fait part de vos précieux commentaires !

J'aurai d'autres questions à vous poser demain. Il est possible que je vous pose des questions de suivi concernant les réponses que vous avez fournies aujourd'hui. Vous pouvez revenir à n'importe quel moment pour vérifier si c'est le cas, ou attendre à demain lorsque vous reviendrez pour répondre aux nouvelles questions.

## Jour 2 : Facteurs influençant les transitions

Bienvenue à nouveau ! Hier, nous avons discuté en détail des transitions se rapportant au vapotage ou à la consommation de cigarettes (s'il y a lieu). Aujourd'hui, nous parlerons de façon plus approfondie des facteurs qui pourraient influencer ces changements ou transitions. Encore une fois, veuillez nous faire part de vos expériences, de vos commentaires et de vos sentiments de la façon la plus détaillée possible.

### 1. Fluidité du comportement (à poser uniquement aux participants qui ont fumé ou vapoté à un moment ou à un autre)

**PASSER À Q2 SI 2021TYPEFUMEURFINAL=38,40,46,48 (jamais fumé)**

Des recherches ont montré que de nombreuses personnes passent de la consommation de cigarettes au vapotage, et vice-versa, à différents moments, ou même au cours de la même journée, de la même semaine ou du même mois, en raison d'une grande variété de facteurs. Nous aimerions en apprendre davantage au sujet de vos propres expériences (même si vous ne fumez pas ou ne vapotez pas actuellement).

- A. Comment vous sentez-vous quand vous fumez? Comment vous sentez-vous quand vous vapotez? Quelles sont les différences? Quelles sont les similitudes? Si vous le souhaitez, veuillez téléverser une image qui illustre la façon dont vous vous sentez quand vous fumez, et une autre image qui illustre la façon dont vous vous sentez quand vous vapotez. *[option de téléversement d'images]*
- B. Quel sentiment préférez-vous et pourquoi? Quel sentiment vous déplaît le plus et pourquoi?
- C. Comment la consommation de cigarette vous affecte-t-elle physiquement? Comment le vapotage vous affecte-t-il physiquement? Par exemple, fringales, relaxation, sensation d'euphorie (buzz ou rush) causée par la nicotine. Quelles sont les différences? Les similitudes?
- D. Quelle réaction physique préférez-vous et pourquoi? Quelle réaction physique vous déplaît le plus et pourquoi?
- E. Qu'en est-il des situations ou du contexte dans lesquels vous fumez ou vapotez? L'heure du jour, le jour de la semaine, l'endroit, seul(e) ou avec d'autres personnes? Comment le contexte détermine-t-il si vous allez fumer ou vapoter?
- F. Y a-t-il d'autres différences importantes pour vous entre la consommation de cigarettes et le vapotage?



## 2. Saveurs de vapotage

Parlons maintenant des saveurs que vous vapotez actuellement ou que vous aviez l'habitude de vapoter.

- A. Quelles saveurs vapotez-vous ou vapotiez-vous? Avez-vous ou aviez-vous des saveurs préférées?
- B. [PASSER SI JOUR 1 Q2a=11] Revenons aux transitions dont nous avons discuté hier. Quelle incidence les saveurs de vapotage ont-elles eue sur ces transitions? Les saveurs ont-elles facilité ou compliqué la cessation ou la réduction du vapotage ou de la consommation de cigarettes, ou ont-elles facilité ou compliqué le fait de commencer ou de recommencer à vapoter ou à fumer? De quelles façons?
- C. À votre avis, si vos saveurs préférées cessaient d'être offertes, quelle en serait l'incidence sur vous et sur vos habitudes en matière de vapotage?

## 3. La pandémie

- A. Votre vapotage a-t-il augmenté ou diminué pendant la pandémie de COVID-19?

Mon vapotage a augmenté

Mon vapotage n'a pas changé

Mon vapotage a diminué

Sans objet/je n'ai pas vapoté au cours des 12 derniers mois

- B. Votre consommation de cigarettes a-t-elle augmenté ou diminué pendant la pandémie de COVID-19?

Ma consommation de cigarettes a augmenté

Ma consommation de cigarettes n'a pas changé

Ma consommation de cigarettes a diminué

Sans objet/je n'ai pas fumé au cours des 12 derniers mois

- C. Veuillez expliquer de quelle façon la pandémie a influé (ou non) sur votre comportement de vapotage ou de consommation de cigarettes (s'il y a lieu).

- D. [PASSER SI JOUR 1 Q2a=11] La pandémie a-t-elle contribué à l'une ou l'autre des transitions dont nous avons discuté hier? Si oui, de quelle manière?

## 4. Conclusion

- A. Après avoir répondu plusieurs fois à ce sondage (2019, 2020 et 2021) et après avoir effectué cet exercice qualitatif, avez-vous des commentaires à formuler au sujet des questions posées ou des renseignements recueillis?

B. Y a-t-il une question que nous n'avons pas posée et qui pourrait être pertinente afin de mieux comprendre le vapotage, la consommation de cigarettes (s'il y a lieu) ou les transitions (transition du vapotage à la consommation de cigarettes ou vice-versa, réduction, augmentation ou cessation)? Si oui, veuillez préciser votre réponse.

**Terminer et remercier.**

Je vous remercie d'avoir effectué ces activités au cours des deux derniers jours et de nous avoir fait part de vos commentaires. Nous vous sommes reconnaissants de votre temps ! Nous vous souhaitons une excellente journée !