

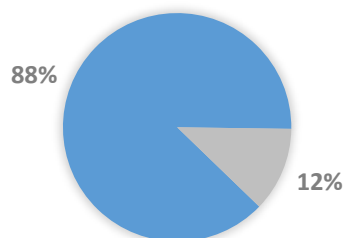
Malgré le sentiment d'urgence face aux préoccupations, il faut s'assurer de choisir et d'utiliser les bons moyens afin d'éviter l'apparition d'effets potentiellement indésirables. Des pistes d'intervention sont proposées dans cette fiche.

Intentions de cet avis

- Il est important d'avoir une vision objective de la situation à partir des données disponibles.
- Les intervenants sont les experts des actions auprès des jeunes, et ce, peu importe la substance. Ils peuvent avoir une influence majeure en étant informés et soutenus.
- Les actions de promotion de la santé et de prévention sont essentielles et doivent être adaptées aux besoins des jeunes.

▶ La majorité des jeunes de la Capitale-Nationale ne consomme pas et certains ont un usage préoccupant

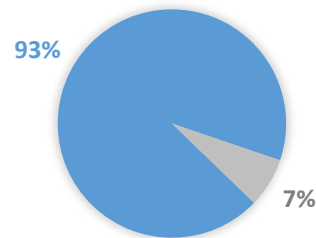
Proportion de jeunes ayant déclaré avoir consommé du cannabis au cours des 12 derniers mois, Capitale-Nationale, 2022



88% des jeunes n'ont pas consommé de cannabis au cours des 12 derniers mois

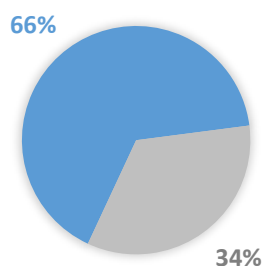
Parmi ceux ayant déclaré en avoir consommé, environ 1 jeune sur 10 en fait un usage quotidien

Proportion de jeunes ayant déclaré avoir vapoté du cannabis au cours des 12 derniers mois, Capitale-Nationale, 2022



93% des jeunes n'ont pas vapoté de cannabis au cours des 12 derniers mois

Proportions de jeunes ayant déclaré avoir déjà essayé la cigarette électronique, Capitale-Nationale, 2022



66% des jeunes ont déclaré n'avoir jamais essayé la cigarette électronique

Parmi ceux ayant déclaré avoir déjà essayé la cigarette électronique, 17% en ont fait usage quotidiennement

► **Miser sur l'intervention ciblée par des adultes ayant un lien significatif de confiance avec les jeunes qui consomment régulièrement**

Saisir les opportunités d'échanges avec des jeunes qui vapotent et partager les recommandations suivantes :

- La composition des produits vapotés est inconnue puisque le produit est illégal;
- Le vapotage ne doit pas servir d'outil d'abandon du tabac ou de réduction des méfaits chez les jeunes;
- Ne jamais laisser seule une personne qui consomme et consulter à l'urgence au besoin;
- Ne pas modifier les appareils ou l'usage recommandé des e-liquides (ex. : dabbing);
- Plus la consommation débute tôt, plus il y a de risque pour la santé;
- Le niveau de THC et de nicotine peut être plus élevé dans les dispositifs de vapotage, vaut mieux utiliser de petites doses;
- Ne pas consommer différents produits en même temps;
- Demeurer vigilant aux symptômes de maladie pulmonaire associée au vapotage tels que : toux, essoufflement, douleurs thoraciques);
- Viser une courte utilisation/cesser dès que possible.

Approche auprès des jeunes qui consomment ou qui cumulent plusieurs facteurs de risques	
À privilégier	À éviter
<p>Favoriser le lien de confiance. Être présent pour les jeunes au quotidien et demeurer à l'écoute. S'assurer d'offrir des lieux de confiance sécuritaires, dans un objectif de soutien et d'aide. Assurer la combinaison de mesures d'aides et en équilibre avec les mesures disciplinaires.</p>	<p>Implanter des mesures répressives uniquement. Expulsions, dénonciation auprès des parents, amendes, fouilles et confiscation. Ces dernières peuvent s'avérer difficiles à gérer au quotidien et engendrer des effets indésirables chez certains jeunes, dont le bris du lien de confiance.</p>
<p>Former et informer les membres du personnel sur les signes à surveiller et les outils de repérage. Tout changement d'attitude ou de comportement d'un jeune devrait interpeller un adulte du milieu. Les outils de repérage reconnus peuvent être utilisés (exemple : ADOSPA, HONC).</p>	<p>Choisir des actions en fonction des perceptions sur la consommation des jeunes. Cela risque d'encourager des croyances et des normes erronées en surévaluant le phénomène et en l'appliquant à l'ensemble des jeunes.</p>

► **Miser sur les interventions universelles et éviter les interventions ciblées au niveau de la majorité des jeunes qui ne consomment pas (Référant ÉKIP et Approche École en santé)**

Viser le développement des compétences et des savoirs essentiels à la santé, au bien-être et à la réussite éducative des jeunes ([Référant Ékip](#)). Voici des exemples de savoirs à prioriser auprès des élèves :

- 1er cycle du secondaire - Identifier et adopter diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs
- 2e cycle du secondaire - Discuter de la prise de risques pour soi ou pour les autres

Approche auprès de l'ensemble des jeunes	
À privilégier	À éviter
<p>Adopter une politique scolaire sans fumée qui inclue le vapotage et qui s'accompagne d'actions concrètes. L'outil « Démarche de rédaction ou de révision d'un document-cadre en matière de substances psychoactives » peut être aidant dans votre milieu. S'assurer d'avoir un protocole d'intervention basé sur la recherche de solutions et le soutien à l'élève.</p>	<p>Faire des activités de sensibilisation sur des produits ou des substances inconnues des jeunes. Pourrait avoir un effet pervers en stimulant la curiosité pour le produit.</p>
<p>Susciter une participation active du jeune dans la planification et la mise en œuvre des activités de prévention.</p>	<p>Dramatiser, culpabiliser ou porter des messages moralisateurs faisant appel à la peur.</p>

<p>Valoriser l'adoption de saines habitudes de vie et travailler à renforcer les facteurs de protection autour du jeune</p> <p>Présence d'adultes significatifs, sentiment d'appartenance, engagement, valorisation des normes positives.</p>	<p>Éviter de parler directement des substances.</p> <p>Limiter les interventions en répondant aux questions des jeunes directement, succinctement et simplement.</p>
--	---

► **Connaître et diffuser les ressources pour les jeunes, les parents et les intervenants.**

<p>Intervenants</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Un outil Web de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) sur le vapotage sera disponible dès le 25 novembre. D'ici là, vous pouvez vous référer à la fiche produite par la Sûreté du Québec. Cet outil est destiné aux intervenants et ne devrait pas être distribué sans soutien aux parents ni aux jeunes. ✓ Ligne Drogue : Aide et référence (24h / 7 jours) 1 800 265-2626 (tous) <p>Commissions scolaires et écoles</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Conseiller pédagogique « santé bien-être » du Centre de services scolaire ✓ Conseillère en promotion et en prévention de la Direction de santé publique ✓ Organisme porteur de la démarche SPA 	<p>Adolescents</p> <p><i>En plus des intervenants déjà présents dans le milieu scolaire, d'autres ressources sont disponibles:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne Drogue : Aide et référence (24h / 7 jours) 1 800 265-2626 ✓ Services J'Arrête ✓ QUASH <p>Parents</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Parler de vapotage avec votre adolescent Soins de nos enfants (cps.ca) ✓ Parlons-en maintenant - Conseil québécois sur le tabac et la santé (cqts.qc.ca)
---	---

Rédaction : Service Substances psychoactives et Santé mentale positive / Équipe Promotion de la santé et prévention
2022-11-04

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez communiquer avec Valérie Houle, Direction de santé publique du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale à l'adresse courriel [valerie.houle.ciusscn@sss.qc.ca].

Sources

Gouvernement du Québec (2010). Réussite éducative, santé, bien-être : Agir efficacement en contexte scolaire. Institut national de santé publique.

Gouvernement du Québec (2018). Alcool, cannabis et autres drogues — Planification des actions préventives en milieu scolaire au secondaire basée sur les meilleures pratiques. Ministère de la Santé et des Services sociaux.

Gouvernement du Québec (2018). La légalisation du cannabis du primaire à l'université : informations et recommandations. Ministère de la Santé et des Services sociaux. Disponible sur le site Encadrement cannabis

Gouvernement du Québec (2019). Mise en garde contre le vapotage de cannabis. Ministère de la Santé et des Services sociaux. Disponible sur le site Ministère de la Santé et des Services sociaux.

Gouvernement du Québec (2021). Encadrement Cannabis. Risques de la consommation de cannabis pour la santé. Disponible sur le site Encadrement Cannabis.

Gouvernement du Québec (2019). Cigarette électronique.

Institut de la statistique du Québec (2022). Enquête québécoise sur le cannabis 2021 - La consommation de cannabis et les perceptions des Québécois. Portrait et évolution de 2018 à 2021.

Institut national de santé publique du Québec (2022) ENQUÊTE QUÉBÉCOISE SUR LE TABAC ET LES PRODUITS DE VAPOTAGE.

Réseau EdCan (2020). Le vapotage de tabac et de cannabis chez les jeunes: quels sont les risques? Disponible sur le site Le réseau EdCan.

Enquête COMPASS - Québec 2022 pour la région de la Capitale-Nationale