

Snus, la peligrosa moda de las bolsitas 'relajantes' de nicotina

- Contienen una mezcla de **tabaco**, agua, carbonato de calcio y varios aromas



Lata con sobres de snus

snus peligrosa moda bolsitas relajantes

https://www.eldebate.com/salud-y-bienestar/salud/20240603/snus-peligrosa-moda-bolsitas-relajantes-nicotina_...

Paloma Santamaría

Lunes, 03 junio 2024

Snus, la peligrosa moda de las bolsitas 'relajantes' de nicotina

Contienen una mezcla de **tabaco**, agua, carbonato de calcio y varios aromas

- Salmón o sardinas, alimentos con omega-3 para controlar la agresividad

Paloma Santamaría

Madrid 03/06/2024 Actualizada 04:30

Facebook Twitter Whatsapp Whatsapp Enviar por Email

A mediados de 2023 los aficionados al fútbol pudieron ver como jugadores de élite como **Karim Benzema**, **Marcus Rashford** o **Victor Lindelof** consumían, incluso en el banquillo, un estimulante llamado 'snus', un **tabaco** oral utilizado desde hace años en países del norte de Europa como terapia para dejar de fumar. De origen sueco, el snus se presenta en forma de **bolsitas** que contienen una mezcla de **tabaco**, agua, carbonato de calcio y varios aromas. A diferencia del antiguo **tabaco** de mascar, el snus se coloca entre el labio superior y la encía durante un periodo de hasta 30 minutos, y luego se retira, de esta forma, la nicotina llega rápidamente al cerebro a través de la mucosa oral. Los

expertos aseguran que alivia la ansiedad, **aumenta la velocidad de reacción** y numerosos expertos en dopaje están de acuerdo en que el snus puede dar una ventaja sobre el resto de oponentes. Debido a su efecto estimulante la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) lo ha incluido en su lista de vigilancia. El producto, en el caso del snus se vende en latas circulares de aproximadamente 18 sobres y **cada bolsitas contiene aproximadamente 27,3 mg de nicotina**, casi el doble de un cigarrillo común que contiene 10 mg. Esta cantidad permite que se produzcan los efectos deseados. Sin embargo, no está exento de consecuencias negativas para la salud. A pesar de su **prohibición en la Unión Europea** en 1992 –excepto en Luxemburgo y Suecia–, su **consumo no es punible**. El Comité de Evaluación de Riesgos de la ECHA (Agencia Europea de Sustancias Químicas) ha establecido una estimación de toxicidad aguda (ATE) de 5 mg de nicotina/kg de peso corporal basada en diversos estudios en animales, y teniendo en cuenta también la toxicidad en humanos.

Dolor en el pecho: cómo saber si me está dando un infarto o son gases

Paloma Santamaría

Bolsitas frente a cigarrillos

Un estudio realizado conjuntamente con la Clínica Ambulatoria de Dependencia del [Tabaco](#) de la LMU de Múnich investigó la **farmacocinética de la nicotina** tras el uso de **bolsas de nicotina y cigarrillos** de distintos fabricantes. Un total de 15 voluntarios utilizaron cada uno de los productos en investigación durante cinco días diferentes. En ellos se consumió una bolsita: sin nicotina, 6 mg de nicotina, 20 mg de nicotina y 30 mg de nicotina durante 20 minutos, mientras que en otro día del estudio se fumó un cigarrillo estándar. A lo largo de cuatro horas, se tomaron **muestras de sangre** en puntos temporales predefinidos y se determinó la concentración de nicotina. El estudio demostró que, en los primeros cinco minutos, la **absorción de nicotina** de las bolsitas de 30 mg era comparable a la del consumo de cigarrillos, pero no en el caso de las bolsitas con ≤ 20 mg de nicotina. Este rápido aumento de los niveles de nicotina se considera un factor crítico para el efecto adictivo del consumo de cigarrillos. Por tanto, el rápido aumento de los niveles en las bolsitas de nicotina de alta dosis sugiere que éstas también pueden tener un **efecto adictivo similar**. Tras el consumo de la bolsita de 30 mg, la concentración máxima en sangre fue de 29,3 ng/ml, más alta que tras fumar un cigarrillo (15,1 ng/ml).

La cáscara de naranja podría ser clave en la prevención de los infartos

Paloma Santamaría

Efectos en la salud

Varios estudios científicos han demostrado que existe una correlación entre el consumo de [tabaco](#) sin humo y **cánceres** (bucal, esofágico y pancreático) o lesiones orales y periodontales (tipo leucoplasia y tipo recesión gingival), también, según un estudio dirigido por investigadores de la Escuela de Salud Pública TH Chan de Harvard, pueden aumentar el riesgo de que los hombres con **cáncer de próstata** mueran a causa de su enfermedad, y el riesgo de que mueran prematuramente a causa de cualquier causa. Una investigación de la Agencia Internacional para la Investigación del

Cáncer en Francia, publicada en Bmj.com concluyó que las personas que consumen productos de **tabaco** sin humo como el snus tienen un riesgo ligeramente mayor de sufrir un **ataque cardíaco o un derrame cerebral** fatal. Además, las personas que consumen snus corren el doble de riesgo de desarrollar **dependencia del alcohol** en comparación con los no consumidores, y cuanto más se consume, mayor es el riesgo, según constataron investigadores de la Universidad de Umeå publicado en la revista *D rug and **Alcohol** Dependence*.

Temas

- **Salud**

Comentarios Please enable JavaScript to view the comments powered by Disqus.