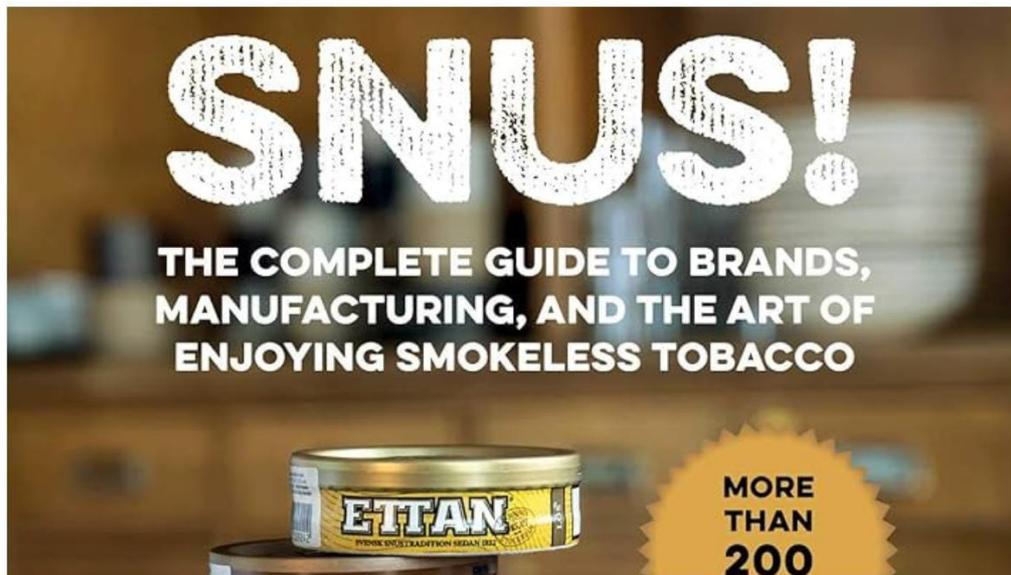


Qué es el snus: una alternativa al cigarrillo que también tiene peligros

- Una sustancia a base de **tabaco** menos perjudicial, pero que plantea muchas dudas y se aprovecha de la alegalidad para expandirse entre los jóvenes



Anuncio de snus en Amazon

Salud, Tabaco, Saludable, Ministerio de Sanidad

</es/ocio/20240704/snus-alternativa-cigarrillo-peligros-105048966>

Guillermo Rodríguez

Jueves, 04 julio 2024

En los últimos años el cerco al **tabaco** no deja de avanzar. Cada vez son más las trabas legales, advertencias en cuanto a como afecta a la **salud** e incluso la **censura social**. Y una de las consecuencias es la búsqueda de alternativas, tales como los vaperos o las **cachimb**s. Esta vía plantea nuevos problemas: son menos perjudiciales, pero por ello se anuncian como absolutamente saludables, y no lo son. Es en este contexto en el que aparece una nueva sustancia en el mercado: el **snus blanco**.

El snus es una sustancia muy similar al **tabaco** de mascar. Consiste en **tabaco finamente picado**, **agua y sal**, junto a productos aromáticos y/ o saborizantes, como la bergamota, la esencia de rosas o el regaliz. Se produce mediante **pasteurización** en caliente, sin fermentación, y se consume introduciendo en la boca un pellizco o una bolsita porosa, para dejar que la saliva la infusione y extraiga la nicotina.

Esta sustancia es muy popular en **Suecia**. Se cree que comenzó a consumirse en el siglo XVI, cuando derivó del rapé francés, otro producto a base de **tabaco** que habría llevado la monarquía, con origen en el país gallo. Pero realmente el snus se popularizó en el país escandinavo en la **década de los 60**, cuando se popularizaron estudios que demostraban los perjuicios del **tabaco**.

Hoy en día **Suecia** es el único país en el que **el snus es legal**, y donde de hecho lo consumen un **20% de las personas**, gracias a lo que han conseguido bajar el porcentaje de **fumadores a niveles ridículos**, de entorno al 10%. En el resto de la UE es ilegal, un estatus que le costó el puesto al Comisario europeo de Salud y Política de Consumidores **John Dalli** en 2012, cuando se le acusó de haber sido **sobornado** por una tabacalera sueca para legalizar el snus.

Ahora, el "primo hermano" del snus, el snus blanco, ha entrado por la puerta de atrás en muchos países de la UE, incluida España, donde se vende por **internet**, en webs relacionadas con los vapers e incluso en algunos estancos. Se ha popularizado entre los jóvenes y son varias las asociaciones que piden al Gobierno que ponga cartas en el asunto, como ya han hecho **Países Bajos o Bélgica**.

El snus es, en resumidas cuentas, una forma rápida y fácil de consumir **elevadas cantidades de nicotina**. Muy elevadas. Por tanto, sus efectos son acelerar el metabolismo, aumentar el estado de atención, subir la **presión arterial**, ser saciante y quitar el hambre.

La parte buena es que evita la combustión, reduciendo la cantidad de sustancias **cancerígenas** que introducimos al organismo de un centenar a una decena. La parte mala es que es muy adictivo. La cantidad de nicotina que podemos consumir en **una sola dosis va de los 3 mg a los 34 mg**, equivalente a varios cigarrillos de un solo golpe.

Otros perjuicios son **heridas en las encías** y en general en la cavidad bucodental, aumento de la probabilidad de sufrir **cáncer de páncreas** y se sospecha que aumento de la probabilidad de sufrir Diabetes tipo 2. Además, el snus blanco contiene **metales pesados** en pequeñas cantidades.

Un motivo más de su popularidad, sobre todo en países como Reino Unido, es su promoción por parte de personalidades admiradas por los jóvenes, como Tiktokers y futbolistas. De hecho el futbolista **Karim Benzemá** ha sido visto consumiéndolo, y con la característica **lengua azul** que dejan algunos tipos de snus:

Los futbolistas valoran especialmente sus efectos en el metabolismo, como **quemagrasas** y eliminador del apetito, así como el que aumente el estado de atención y alerta. Ha sido usado igualmente por tiradores con arco, jinetes o culturistas. Y es que la nicotina no se considera como dopaje.

Por todo ello, desde la sociedad civil han demandado una rápida actuación al Gobierno. Denuncian que esta sustancia está llegando a los **adolescentes** ante su inacción, y se quejan de que el ejecutivo español ya llegó **tarde a la regulación del vapeo**.