

## La popularidad creciente del Snus y sus consecuencias

Fumar es una de las principales causas de muerte evitable en todo el mundo, ya que perjudica a casi todos los órganos del cuerpo y se vincula con una amplia gama de enfermedades, incluyendo enfermedades cardiovasculares, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y varios tipos de cáncer. Los efectos negativos sobre la salud se han asociado tradicionalmente con sustancias químicas tóxicas en el humo del tabaco, como los hidrocarburos aromáticos policíclicos (HAP) que se forman durante la pirolisis o la combustión incompleta, así como las nitrosaminas específicas del tabaco (TSNA) y la nicotina (Valen, H. et al., 2023).



Según Gómez Cerezo, López Paz y Fernández Pardo (2022), la combustión del cigarrillo es la base fundamental del daño asociado al tabaco. Durante este proceso, se liberan más de 7.000 sustancias, de las cuales aproximadamente 100 han sido identificadas como dañinas o potencialmente dañinas para la salud. La incineración del tabaco ocurre a temperaturas de aproximadamente 800 °C, y se ha observado que un incremento en la temperatura conlleva un aumento en la producción de estos componentes nocivos. Por otro lado, a temperaturas inferiores a 400 °C, la formación de estos compuestos perjudiciales disminuye notablemente.

Actualmente, en muchas partes del mundo occidental, se ha podido observar una disminución en el consumo de tabaco, pero un aumento en el uso de productos alternativos con nicotina, tales como los cigarrillos electrónicos, el snus y otros tipos de tabaco sin humo. El snus es un tipo de tabaco húmedo sin humo presentado de forma suelta o en pequeñas bolsas que se colocan debajo del labio, se utiliza predominantemente de manera recreativa para relajarse y, similar al hábito de fumar, también se utiliza frecuentemente para regular el estado de ánimo (Valen, H. et al., 2023; Read, Carter, Hopley, Chamari, & Taylor, 2024).

Fumar como tradicionalmente se conoce, es la forma más nociva de consumir tabaco, pero el uso de snus también tiene consecuencias tales como la dependencia a la nicotina o el aumento del riesgo a ciertos tipos de cáncer y mortalidad en comparación con la abstinencia de tabaco. Este, ha sido popular en los países nórdicos durante décadas, y la reciente adquisición de una empresa de snus por parte de Philip Morris International sugiere una posible expansión futura a otros mercados. Suecia, tiene una larga trayectoria de consumo de snus, aproximadamente el 20% de los hombres lo consumen. En Noruega, Finlandia y Estados Unidos, el consumo ha crecido notablemente, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes en las últimas dos décadas, alcanzando tasas del 29% entre hombres y del 12% entre mujeres noruegas en el grupo de edad de 16 a 24 años (Ruokolainen, Ollila, & Härkänen, 2024; Valen, H. et al., 2023).

En conclusión, tanto el consumo tradicional de tabaco mediante el acto de fumar como las nuevas formas de consumo de tabaco como el snus, presentan riesgos significativos para la salud. Es crucial educar y crear conciencia pública sobre los verdaderos riesgos asociados tanto al snus como a otras alternativas al tabaco, para promover decisiones informadas y reducir el impacto negativo en la salud pública.

#### Referencias bibliográficas:

Gómez Cerezo, J. F., López Paz, J. E., & Fernández Pardo, J. (2022). Actualización sobre las nuevas formas de consumo de tabaco. *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*, 34(6), 330-338. <https://doi.org/10.1016/j.arteri.2022.03.004>

Read, D., Carter, S., Hopley, P., Chamari, K., & Taylor, L. (2024). Snus use in football: The threat of a new addiction? *Biology of Sport*, 41(1), 201-205. <https://doi.org/10.5114/biol sport.2024.130050>

Ruokolainen, O., Ollila, H., & Härkänen, T. (2024). Patterns and determinants of exclusive smokeless tobacco (snus) use, exclusive smoking and dual use in general population during 20 years. *Substance Use & Addiction Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/29767342241255816>

Valen, H., Becher, R., Vist, G. E., Holme, J. A., Mdala, I., Elvsaa, I. Ø., Alexander, J., Underland, V., Brinchmann, B. C., & Grimsrud, T. K. (2023). A systematic review of cancer risk among users of smokeless tobacco (Swedish snus) exclusively, compared with no use of tobacco. *International Journal of Cancer*, 153(12), 1942–1953. <https://doi.org/10.1002/ijc.34643>