

La popularitat creixent del Snus i les seues conseqüències

Fumar és una de les principals causes de mort evitable a tot el món, ja que perjudica a quasi tots els òrgans del cos i es vincula amb una àmplia gamma de malalties, incloent-hi malalties cardiovasculars, malaltia pulmonar obstructiva crònica i diversos tipus de càncer. Els efectes negatius sobre la salut s'han associat tradicionalment amb substàncies químiques tòxiques en el fum del tabac, com els hidrocarburs aromàtics policíclics (HAP) que es formen durant la pirolisis o la combustió incompleta, així com les nitrosamines específiques del tabac (TSNA) i la nicotina (Valen, H. et al., 2023).



Segons Gómez Cerezo, López Paz i Fernández Pardo (2022), la combustió del cigarret és la base fonamental del mal associat al tabac. Durant este procés, s'alliberen més de 7.000 substàncies, de les quals aproximadament 100 han sigut identificades com a nocives o potencialment nocives per a la salut. La incineració del tabac ocorre a temperatures d'aproximadament 800 °C, i s'ha observat que un increment en la temperatura comporta un augment en la producció d'estos components nocius. D'altra banda, a temperatures inferiors a 400 °C, la formació d'estos compostos perjudicials disminueix notablement.

Actualment, en moltes parts del món occidental, s'ha pogut observar una disminució en el consum de tabac, però un augment en l'ús de productes alternatius amb nicotina, com ara els cigarrets electrònics, el snus i altres tipus de tabac sense fum. El snus és un tipus de tabac humit sense fum presentat de manera solta o en xicotetes bosses que es col·loquen davall del llavi, s'utilitza predominantment de manera recreativa per a relaxar-se i, similar a l'hàbit de fumar, també s'utilitza sovint per a regular l'estat d'ànim (Valen, H. et al., 2023; Read, Carter, Hopley, Chamari, & Taylor, 2024).

Fumar com tradicionalment es coneix, és la forma més nociva de consumir tabac, però l'ús de snus també tens conseqüències com ara la dependència a la nicotina o l'augment del risc a uns certs tipus de càncer i mortalitat en comparació amb l'abstinència de tabac. Est, ha sigut popular als països nòrdics durant dècades, i la recent adquisició d'una empresa de snus per part de Philip Morris International suggerix una possible expansió futura a altres mercats. Suècia, té una llarga trajectòria de consum de snus, aproximadament el 20% dels homes ho consumixen. A Noruega, Finlàndia i els Estats Units, el consum ha crescut notablement, especialment entre adolescents i adults joves en les últimes dos dècades, aconseguint taxes del 29% entre homes i del 12% entre dones noruegues en el grup d'edat de 16 a 24 anys (Ruokolainen, Ollila, & Härkänen, 2024; Valen, H. et al., 2023).

En conclusió, tant el consum tradicional de tabac mitjançant l'acte de fumar com les noves formes de consum de tabac com el snus, presenten riscos significatius per a la salut. És crucial educar i crear consciència pública sobre els veraders riscos associats tant al snus com a altres alternatives al tabac, per a promoure decisions informades i reduir l'impacte negatiu en la salut pública.

Referències bibliogràfiques:

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/biolsport.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., Elvsaas, 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>