

Consumo de snus en adolescentes: implicaciones para la salud mental y la práctica enfermera

Laia Sánchez Martínez, Marta Pascual Ruz, Mireia Pose Rovira, Laura Julián Gálvez, Marina García-Barrachina. Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona.

Introducción

En los últimos años, ha surgido un nuevo producto de tabaco conocido como snus. Se trata de tabaco oral húmedo, originario de los países nórdicos, que se consume colocándolo bajo el labio superior (1).

El snus se comercializa como alternativa al tabaco tradicional y su uso se está extendiendo con rapidez entre los adolescentes europeos. Debido a su forma discreta de uso y a la amplia variedad de sabores disponibles, este producto tiende a ser muy atractivo entre los jóvenes, lo que incrementa la preocupación por la dependencia nicotínica en esta población (1-3).

Este fenómeno representa un nuevo reto para la salud pública, ya que el snus no está exento de riesgos. Esto pone de manifiesto la necesidad de implementar programas de prevención y promoción de la salud centrados en la reducción del consumo de snus entre la población adolescente (1,2).

Objetivos

Objetivo principal: Analizar el impacto físico y mental del consumo de snus en la salud de los adolescentes y su asociación con el aumento de dependencia de alcohol.

Objetivo específico:

- Conocer las estrategias de prevención enfermera frente al consumo de snus en adolescentes.

Metodología

Entre septiembre y noviembre de 2025 se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos Pubmed y Cochrane Library. Para la búsqueda se utilizaron los siguientes descriptores: *snus, adolescents, alcohol y prevention*. Las palabras clave se combinaron con operadores booleanos AND y OR, junto con el truncamiento NURS* para recoger literatura relacionada con la enfermería. Tras aplicar los criterios de elegibilidad definidos, se seleccionaron cinco artículos que constituyeron la base para la revisión sobre el impacto del consumo de snus en adolescentes y su prevención en salud mental.

Desarrollo

La evidencia muestra que el snus, lejos de ser una alternativa segura al tabaco tradicional, conlleva riesgos significativos para la salud. El snus, debido a su componente nicotínico, contiene propiedades adictivas que generan problemas importantes tanto a nivel físico como mental. La exposición directa a la nicotina aumenta el riesgo de padecer diversos tipos de cáncer, alteraciones cardiovasculares y problemas de salud oral, entre otros (1,2).

Por otro lado, sus repercusiones a nivel mental son de especial preocupación, sobre todo entre la población adolescente. Su consumo se ha visto asociado a una mayor prevalencia de síntomas depresivos y de ansiedad. Diversos usuarios manifiestan utilizar el snus como estrategia para gestionar sus emociones, reducir el malestar psicológico y manejar el estrés. Además, se ha observado que el consumo es más frecuente en un contexto social donde predomina la necesidad de pertenecer a un grupo y la búsqueda de identidad (3,4).

En relación con su impacto en la salud mental, la literatura muestra que los usuarios de snus presentan un mayor riesgo de desarrollar dependencia alcohólica a largo plazo en comparación con los no consumidores (Tabla 1). Esta asociación se explica por el hecho de que tanto la nicotina como el alcohol actúan sobre la vía mesolímbica dopamínérgica

potenciando la liberación de dopamina. Este aumento de dopamina genera una sensación de placer y de recompensa que refuerza el deseo de repetir el consumo (Gráfico 1). La exposición a una de estas sustancias puede aumentar la sensibilidad de la otra, lo que facilita un aumento del consumo y por tanto, eleva el riesgo de dependencia. Asimismo, el uso de ambas sustancias a la vez potencia el efecto de recompensa, incrementando la motivación para consumir ambas sustancias de manera problemática (5).

Diferentes autores mencionan que la falta de conocimiento sobre los efectos perjudiciales del snus por parte de la sociedad incrementa el riesgo de consumo; por ello consideran que el desarrollo de campañas educativas y programas escolares puede fomentar la cesación del consumo. Además, destacan la necesidad de implementar políticas públicas, como el aumento de impuestos sobre el snus, el control de sabores atractivos o la inclusión de advertencias sanitarias en el envase, para regular su acceso y comercialización. Sin embargo, los estudios resaltan que no existe suficiente evidencia sobre intervenciones enfermeras dirigidas a prevenir su uso (1-4).

	No consumidores de snus (18.237 personas)	Consumidores de snus (2800 personas)
No dependencia alcohólica	17698	2583
Dependencia alcohólica	539	217
Incidencia acumulada en diez años	3.0 %	7.8 %

Tabla 1: Prevalencia de dependencia alcohólica en consumidores y no consumidores de snus en 10 años de seguimiento. Fuente: Elaboración propia a partir de Norberg M, et al, 2015.

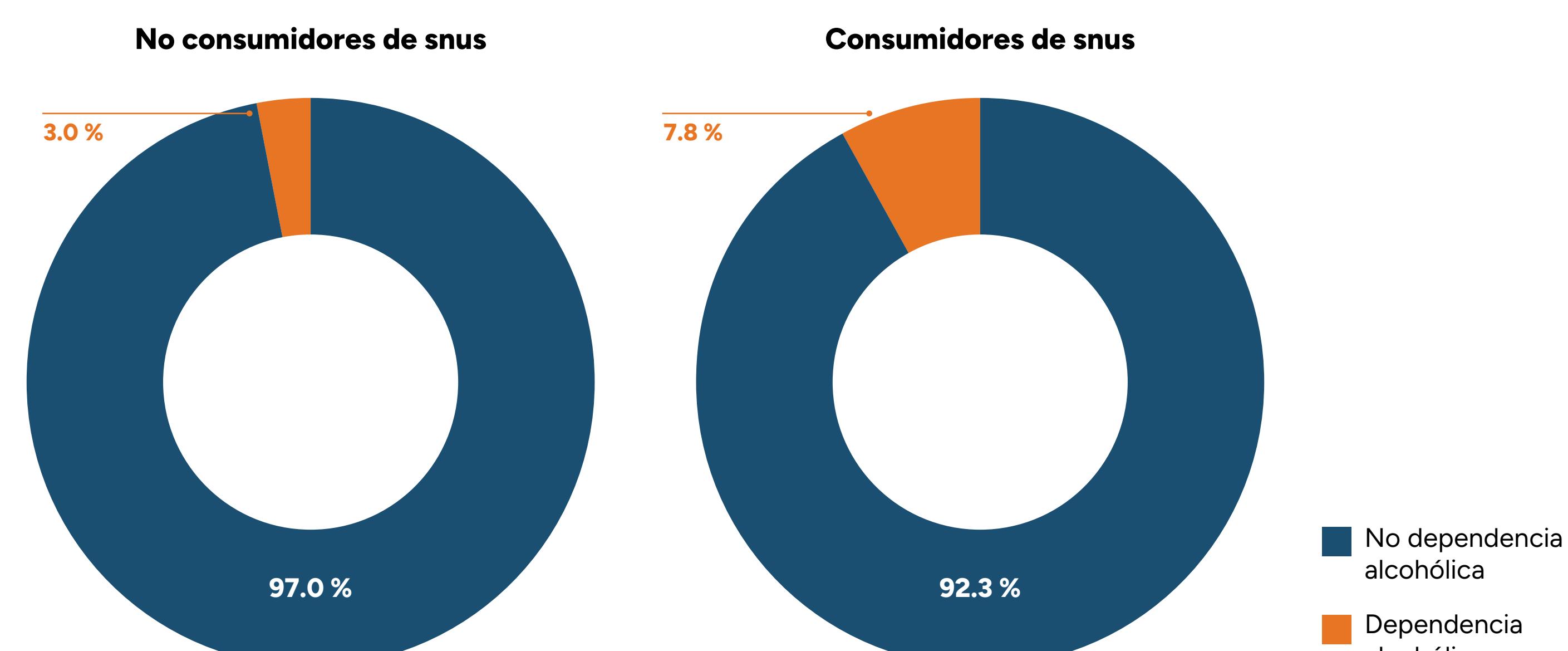


Gráfico 1: Asociación entre el consumo de SNUS y la dependencia alcohólica. Fuente: Elaboración propia a partir de Norberg M, et al, 2015.

Conclusiones

La evidencia revisada muestra que el uso de snus conlleva consecuencias físicas y psicológicas perjudiciales para el organismo. Además, su uso se ha visto asociado a un mayor riesgo de desarrollar dependencia alcohólica.

El auge del consumo de snus entre adolescentes y el bajo conocimiento social sobre sus riesgos, remarca la importancia de implementar estrategias preventivas por parte de enfermería. No obstante, la literatura existente es limitada, lo que resalta la necesidad de futuras investigaciones para identificar qué intervenciones resultan más eficaces para promover el cese del consumo de snus.

Bibliografía

