

SNUS Y SU USO INADECUADO

Jiménez Aguado, Cristina; Alvite Geraldes, Isabel; Motrel Alfageme,

Marta; Hernández Alcívar, Amy Andrea

(Enfermeras especialistas en salud mental)



Introducción

El snus es una presentación del tabaco que se coloca entre la encía y la mejilla en forma de sacos o suelto. Su principal compuesto es la nicotina en diferentes dosis. Se popularizó en los países de Europa del norte en la última década debido a los cambios legislativos sobre los espacios sin humos.

Objetivo

Describir los riesgos y usos inadecuados del snus.



Metodología

Se realizó una búsqueda bibliográfica en la base de datos de Pubmed y en Google Académico con las palabras claves "snus" y "mental health" con el operador booleano "AND". Se obtuvieron un total de 201 artículos, de entre los cuales se emplearon 5 para la realización de este trabajo. Se eligieron por ser artículos completos, en español e inglés, actuales, con diversidad metodológica y por su relevancia en el tema a tratar.

Resultados

Se incluyeron 5 artículos, siendo dos estudios transversales, dos estudios observacionales y una revisión sistemática, que se ajustaban a los criterios establecidos para ser incluidos y guardaban relación con el propósito de la investigación.

Lo que comenzó como un sustitutivo del tabaco, acabó convirtiéndose en una nueva adicción. Existen diferentes riesgos y usos inadecuados, entre los riesgos se diferencian físicos (aumento de la presión arterial, frecuencia cardiaca, riesgo cardiovascular, irritación bucal), psicológicos (ansiedad, depresión, dependencia emocional, dificultad para concentrarse), sociales (Normalización del consumo, presión de grupo, identidad ligada al uso) y deportivos (Reducción del rendimiento, peor recuperación, alteración del sueño y concentración.). Mientras que, entre los usos inadecuados destaca su uso entre los deportistas de élite que comenzaron a utilizarlos para mejorar el rendimiento físico, los alumnos lo usaban con el fin de mejorar la concentración y evitar la abstinencia en las clases o períodos largos de estudio, o bien, su uso como anorexígeno.

Conclusiones

El snus ha dejado de servir a su propósito inicial como sustitutivo del tabaco al utilizarse de manera inadecuada. Esto plantea cierta preocupación en el ámbito de la salud mental, ya que se relaciona con dificultades en la gestión de la ansiedad, la presión social, la depresión, trastornos de dependencia de sustancias y de la conducta alimentaria. La discreción de esta presentación hace que sea más compleja la identificación de sus consumidores, contribuyendo a su normalización e invisibilización y por lo tanto, dificultando una intervención temprana. Es necesario seguir realizando investigaciones en este campo, especialmente de sus efectos a largo plazo. Además de que se deben comenzar a plantear estrategias para mejorar la detección y sensibilización y diseñar intervenciones para los grupos de mayor riesgo, como los estudiantes y los atletas.

Bibliografía

