

Le Snus et les sachets de nicotine

Snuf, Snus, Chewing-gum,
Chewing-gum magiques

Nico poche, Nicopods, Snuf, Snus (confusion créée par les industriels du tabac), Chewing-gum, Chewing-gum magiques.

Qu'est-ce que c'est ?

LE SNUS Le snus est une **forme de tabac conditionné en sachets** contenant une **poudre** ou des **lamelles humides de tabac**, à sucer.

LES SACHETS DE NICOTINE Les sachets de nicotine contiennent une **poudre blanche à base de nicotine, sans tabac**, à la différence du snus.



Quel est le mode de consommation de ces produits ?

Les sachets de Snus ou de nicotine sont **placés entre la lèvre et la gencive**.

Quelle est la législation de ces produits ?

La commercialisation du **SNUS est interdite en France et dans les pays de l'Union Européenne depuis 1992**.

Exception en Suède : compte-tenu des habitudes de consommation et du marché local, la Suède avait exigé le maintien de l'autorisation du Snus lors de l'adhésion du pays à l'Union Européenne.

LES SACHETS DE NICOTINE sont **vendus en France sans déclaration préalable**.

N'étant ni du tabac ni un produit du vapotage, les sachets de nicotine n'ont pas à faire l'objet de déclaration à l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) sur leur composition et peuvent s'acheter librement chez les buralistes ou sur Internet.

LE SNUS

6 à 12 mg
de **nicotine**
par sachet.

Délivre l'équivalent de

1 à 2 cigarettes



LES SACHETS DE NICOTINE

2 à 20 mg
de **nicotine**
par sachet.

Délivre l'équivalent de

1 à 6 cigarettes



Ces sachets de nicotine délivrent une dose très importante de nicotine : jusqu'à 50 mg selon certaines marques de sachets de nicotine contre 1 à 3 mg pour une cigarette classique. Cette caractéristique signifie une **entrée très rapide dans la dépendance, surtout chez les jeunes qui sont la cible principale du marketing de ce produit à travers les nombreux arômes disponibles**.

Que ce soit le **Snus** ou les **sachets de nicotine**, ils sont **tout sauf écolos** car les sachets contiennent des composés nitrosés, des hydrocarbures aromatiques polycycliques, de radionucléides, du formaldéhyde et ses dérivés volatils.



En moyenne, la **boîte de 20 sachets** coûte entre **3 et 8 €**.

CE QU'EN DISENT LES JEUNES

*"c'est plus discret qu'une cigarette, il n'y a pas d'odeur"
"Je pourrais en avoir un maintenant dans la bouche, vous ne le sauriez pas"*

Pourquoi ces produits **attirent les jeunes** ?

- Ils sont la cible principale du marketing de ce produit.
- Propulsés par un phénomène Tiktok.
- Prônés pour leur côté discret.
- De nombreux arômes disponibles.
- Accessibles en vente libre ou sur internet.
- Valorisés dans certains milieux sportifs.

Quels sont les **principaux** risques ?

Les sachets de Snus ou de nicotine sont **plus agressifs que la cigarette**. La **nicotine** est **directement en contact avec les muqueuses buccales** et **agit rapidement sur le cerveau en activant le système de récompense**. Leur consommation est **addictive et dangereuse**. Il s'agit d'un facteur de risque pour une **entrée dans le tabagisme**.

Les sachets n'étant pas inhalés, ce sont surtout des **lésions de la cavité buccale** qui apparaissent (en premier lieu des lésions des muqueuses dans la bouche et une rétraction irréversible des gencives).

On observe également :

- un risque d'**hypertension artérielle**, d'**infarctus** du myocarde ou encore d'**accident vasculaire cérébral**,
- une augmentation du **risque de cancers** de l'œsophage, de l'estomac du pancréas, et du rectum,
- des **palpitations**, **nausées**, **vomissements**,
- un risque développement du **diabète** de type 2,
- des risques de pathologies **pendant la grossesse**,
- une forte **dépendance** à la nicotine.

Si les sachets de nicotine, qui ne contiennent pas de tabac, semblent être une alternative moins risquée que la consommation de produits du tabac dont le Snus, une récente étude allemande indépendante a relevé la présence de nitrosamines spécifiques du tabac, dont certaines sont cancérigènes, dans une grande partie des sachets de nicotine testés.



Comment aider les jeunes à s'informer sur ces produits ?

QUELQUES CONSEILS DE PRÉVENTION

- Les interroger sur leur(s) motivation(s) à consommer.
- Les informer sur les composants du produit.
- Les aider à développer leur esprit critique.



CONTACTER LES PROFESSIONNELS AUTOUR DE SOI

- Les consultations jeunes consommateurs (CJC) : lieux anonymes et gratuits qui répondent aux questions et permettent de faire le point sur les consommations.
- **Tabac Info Service** : application mobile disponible ainsi qu'une ligne d'écoute au 39 89.
- Les professionnels de santé autour du jeune : infirmier.es scolaires, médecins généralistes, etc.

Snus et sachets de nicotine

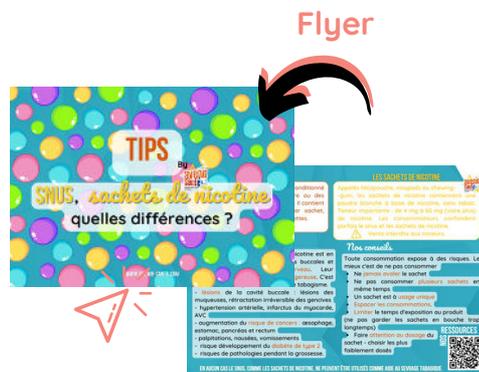
QUELQUES CONSEILS DE RÉDUCTION DES RISQUES

Toute consommation expose à des risques.
Le mieux c'est de ne pas consommer !

- Ne jamais avaler le sachet.
- Ne pas consommer plusieurs sachets en même temps.
- Un sachet est à usage unique.
- Espacer les consommations.
- Limiter le temps d'exposition au produit (ne pas garder les sachets en bouche trop longtemps).
- Faire attention au dosage du sachet, choisir les plus faiblement dosés.

En aucun cas le Snus, comme les sachets de nicotine, ne peuvent être utilisés comme aide au sevrage tabagique.

DES OUTILS SUR LESQUELS VOUS POUVEZ VOUS APPUYER



SOURCES

- <https://www.drogues.gouv.fr/le-snus-cest-quoi>
- <https://cnct.fr/communiqués/snus-ou-sachet-de-nicotine-le-cnct-fait-le-point/>
- https://www.sciencesetavenir.fr/sante/snus-sachets-de-nicotine-une-mode-a-haut-risque-addictif-chez-les-ados_168812
- <https://dnf.asso.fr/ressources/infographies/>