

# Snus e pérolas de nicotina podem “criar tanta dependência como 2 maços de tabaco por dia”

**NT** [nit.pt/fit/saude/snus-e-perolas-de-nicotina-podem-criar-tanta-dependencia-como-2-macos-de-tabaco-por-dia](https://nit.pt/fit/saude/snus-e-perolas-de-nicotina-podem-criar-tanta-dependencia-como-2-macos-de-tabaco-por-dia)



Os malefícios associados ao consumo de tabaco são bem conhecidos e estão bem documentados, sendo responsáveis por vários problemas de saúde que afetam praticamente todos os órgãos do corpo humano.

Graças às consecutivas campanhas de informação, a prevalência de fumadores tem diminuído em muitos países, com a Organização Mundial da Saúde (OMS) a registar uma queda de 22,7 por cento em 2000 para 17,5 por cento em 2021.

Consciente desta tendência, a indústria tabaqueira tem lançado novos produtos alegadamente menos prejudiciais à saúde, como os snus, sacos de tabaco em pó para serem colocados entre o lábio e a gengiva e que se apresentam como alternativas menos prejudiciais aos cigarros tradicionais.

Muito populares na Suécia, o único país europeu onde a sua venda é permitida, há quem defenda que ajudou a diminuir a taxa de fumadores entre os suecos, mas “tal não é verdade”, garante Sofia Ravara. “Estes produtos são saquetas de nicotina sintética, de última geração, que é muito mais aditiva. A informação de que ajudaram a diminuir o consumo de tabaco na Suécia não é verdadeira”, assegura.

“Pelo contrário, acabou de sair um estudo epidemiológico feito por investigadores suecos que mostra exatamente o contrário”, revela a médica pneumologista da Comissão de Tabagismo da Sociedade Portuguesa de Pneumologia e professora na Universidade da Beira Interior.

## O que está em causa?

---

“Neste momento, as taxas de tabagismo estão a aumentar na Suécia, entre os jovens, o que não é surpreendente, uma vez que estas novas formas de nicotina foram lançadas pela indústria tabaqueira porque escapam à regulação dos produtos de tabaco. Houve uma diminuição do consumo e a indústria preocupou-se em renovar o seu portefólio lançando derivados que atraíssem os jovens”, revela.

Com campanhas de marketing agressivas dirigidas sobretudo aos mais novos, estes começaram a aderir às novidades “altamente aditivas”, alerta a especialista. “Já existiam vários estudos que o confirmam, realizados com tabaco oral, usado na Suécia, e nos Estados Unidos, já que no resto da Europa, este produto proibido.”

Em maio, a Organização Mundial de Saúde (OMS) publicou um artigo a dar conta de que as campanhas de alarme já começaram a soar entre os suecos. “Apesar de uma lei recente, de 2022, que proibiu a publicidade a produtos de nicotina na televisão e na rádio na Suécia, Helen Stjerna, dirigente da fundação sem fins lucrativos A Non-Smoking Generation, afirma que a indústria do tabaco continua a comprar influência nas redes sociais e a comercializar agressivamente o snus branco, sobretudo junto de raparigas e mulheres jovens”, sublinha a publicação da OMS.

“A indústria tabaqueira defende a ideia de que o snus branco é algo fresco, com sabores doces. Já não é aquele castanho e nojento, que escorre pelos dentes e os mancha de amarelo. A indústria viu aqui uma oportunidade, uma vez que o snus já fazia parte da nossa tradição cultural”, acrescenta Helen Stjerna.

A Zyn, líder de mercado, registou vendas de 350 milhões de latas, com cerca de 15 saquetas cada, em 2023, um aumento de 62 por cento face ao ano anterior. A Philip Morris Internacional (PMI), responsável pela marca, bem como outros produtos de tabaco, revelou que os produtos sem fumo foram responsáveis “por 38,1 por cento da receita líquida total do grupo entre abril e junho de 2024 (um aumento de 2,7 pontos percentuais relativamente ao segundo trimestre do ano passado), com 36,5 milhões de utilizadores adultos estimados (mais 3,2 milhões em relação a dezembro de 2023) destas melhores alternativas aos cigarros, que estão atualmente disponíveis em 90 mercados”, detalha “O Jornal Económico”.

“Estes 36,5 milhões de utilizadores adultos incluem cerca de 30,8 milhões de utilizadores do sistema de tabaco aquecido IQOS; 5,2 milhões de utilizadores de bolsas orais de nicotina e 0,8 milhões de utilizadores do sistema de vaporização VEEV. O portefólio de produtos sem fumo da PMI continua a registar um desempenho superior, com a receita líquida a crescer 18,3 por cento organicamente e os resultados líquidos brutos a subirem 22,2 por cento de forma orgânica”, acrescenta o jornal.

## **Epidemia de adição de nicotina**

---

Enquanto o snus tem tabaco, a novidade são as pérolas de nicotina, uma alternativa ao cigarro tradicional, desenvolvida para fornecer nicotina ao organismo sem necessidade de inalar fumo. Estas pequenas cápsulas, pastilhas ou pérolas dissolúveis libertam nicotina diretamente na boca.

“Como só têm nicotina e não são produtos de tabaco, escapam à regulação das diretivas europeias sobre os produtos de tabaco”, explica Sofia Ravara. “As ONGs e a comunidade de saúde pública já estão a pedir à Comissão Europeia para avançar nas políticas de prevenção de tabagismo para incluírem uma forte regulação dos produtos de nicotina, a substância que motiva o consumo.”

Segundo a especialista, estas fórmulas “são altamente aditivas. Mesmo que individualmente representem menos riscos, se temos mais pessoas a consumir um produto, o risco populacional pode ser maior”, revela.

Estas novas formas de nicotina sintética são absorvidas “através da mucosa oral [boca], que tem muitos vasos, o que permite uma velocidade de absorção para o sangue e cérebro bastante rápida”, explica. Além disso, “parte do produto é engolido com a saliva, o que faz com que surja uma segunda absorção no estômago. Os resultados são níveis elevados de absorção de nicotina, o que pode culminar em concentrações muito elevadas no cérebro”.

Para ter uma ideia do nível de dependência, Sofia Ravara refere que já existem jovens a registar “tanta dependência como se fumassem dois maços de tabaco por dia”.

## **Efeitos no cérebro**

---

Além de poderem conduzir ao consumo de outros produtos com nicotina, como o tabaco ou os cigarros eletrónicos, “sabemos que esta substância é muito prejudicial ao desenvolvimento cerebral”, alerta. “Como os jovens têm o cérebro a desenvolver-se, são muito vulneráveis à ação de qualquer droga psicótica. Já existem estudos a mostrar que a nicotina não só prejudica o desenvolvimento cognitivo dos miúdos e adolescentes, dificultando a aprendizagem, a memória e a atenção, como podem provocar ansiedade, depressão.”

Apesar da comercialização do tabaco oral ser proibida na União Europeia, o snus e as pérolas de nicotina estão à venda na internet e podem ser comprados facilmente. É por isto que os especialistas exigem uma nova legislação “que regulamente estes produtos, tal qual como os derivados do tabaco. A venda a menores deve ser proibida, devem ser taxados para terem um preço elevado e a embalagem deve incluir informação sobre o facto de serem produtos aditivos e nocivos para a saúde”.