

SNUS OU SACHET DE NICOTINE, ON FAIT LE POINT !

Nous allons décrypter pour vous ces produits...

► Que sont le snus et le sachet de nicotine ?

Le snus

Présenté sous forme de poudre de tabac humide tassée dans un petit sachet blanc, **le snus est un tabac qui ne se fume pas mais qui se suce** et se place entre la gencive et la lèvre supérieure. Il peut être gardé en bouche durant quelques minutes voire plusieurs heures. Les ingrédients sont alors absorbés via les milliers de petits vaisseaux sanguins.

Le snus est fabriqué et commercialisé uniquement en Suède et vendu dans une large gamme d'arômes.

Le sachet de nicotine

Le sachet de nicotine, à la différence du snus, **ne contient pas de tabac**, mais une poudre blanche à base de nicotine synthétique ou extraite du tabac, des fibres végétales et des arômes. Il s'utilise de la même manière que le snus suédois. Il est aussi proposé avec un large éventail d'arômes, saveurs fraîches, mentholées, fruitées, gourmandes, cocktails ou goût tabac, et est présenté dans des boîtes colorées et attractives.

Une caractéristique commune à ces deux produits est de délivrer davantage de nicotine (jusqu'à 20 mg selon certaines marques) qu'une cigarette classique (1 à 3 mg)¹, ce qui peut entraîner plus rapidement une dépendance et des intoxications à la nicotine chez les jeunes consommant ces sachets.

► Quels effets négatifs sur la santé ?

Le snus

Le snus est un produit du tabac. **Son usage présente donc de nombreux dangers pour la santé².**

- Cancers de la bouche (langue, gencives, joues), de l'œsophage et du pancréas
- Problèmes dentaires : décoloration, déchaussement et perte des dents, maladies et infections des gencives, réduction de l'acidité de la salive
- Maladie cardiaque et accident vasculaire cérébral

¹ <https://www.generationsanstabac.org/ressources/>

² *Health Risks of Smokeless Tobacco*, American Cancer Society, publié le 28 octobre 2020

L'info **TABAC** du MOIS

- Dépendance à la nicotine
- Risque plus élevé de naissance prématurée et de mortinaissance chez les utilisatrices enceintes
- Effets sur le développement du cerveau des adolescents
- Effet coupe-faim
- Mauvaise haleine et crachats répétés du jus de tabac

Le sachet de nicotine

La toxicité du sachet de nicotine est encore discutée, car il est dépourvu de nitrosamines qui sont parmi les causes majeures de cancers.

Autres caractéristiques communes, **ces deux produits sont clairement addictifs** et constituent un vecteur par lequel des adolescents non-fumeurs s'initient à la nicotine et risquent d'en devenir dépendants.

Plusieurs témoignages ont ainsi indiqué que de jeunes non-fumeurs sont devenus dépendants en utilisant des sachets de nicotine à sucer, confirmant l'avertissement sanitaire présent sur les emballages³.

Bien que moins immédiat qu'avec le tabac fumé, le mode d'action des sachets de nicotine, fortement dosés, s'en rapproche : **l'absorption nicotinique est rapide lorsqu'elle s'effectue par voie respiratoire ou par voie buccale**, et cette vitesse d'absorption est justement l'un des principaux facteurs de l'installation de la dépendance nicotinique⁴.

C'est l'un des points majeurs qui distinguent les produits à sucer des traitements nicotiniques de substitution (TNS) à libération plus lente qui sont, eux, conçus pour être des aides au sevrage et dont la prise est encadrée.

► Que dit la réglementation française

Le snus est interdit en France et au sein de l'Union européenne depuis 1992, avec une dérogation obtenue par la Suède.

Quant aux **sachets de nicotine**, ils sont **interdits en France depuis le décret entré en vigueur le 1^{er} avril 2026**. L'interdiction vise la vente, l'achat, l'importation, la détention et l'usage des produits oraux contenant de la nicotine sans tabac (sachets, billes, gommes non pharmaceutiques, pastilles et liquides)⁵

Cette mesure a été prise en raison des risques de dépendance rapide et de toxicité aiguë (troubles digestifs, convulsions) observés notamment chez les jeunes et les adolescents.

³ Simon M, Midi Libre, *Tabac : qu'est-ce que le snus, interdit en France mais que les jeunes s'arrachent ?* Publié le 13 juin 2021, consulté le 22 juin 2021

⁴ Foulds, J. et al. (2003). *Effect of smokeless tobacco (snus) on smoking and public health in Sweden*. *Tobacco Control* 12 (4): 349-359

⁵ <https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/actualites/A18450>

L'info **TABAC** du MOIS

► **Les cigaretteurs préparent leur avenir et trompent les consommateurs ...**

Ces produits font partie des nouveaux produits mis sur le marché par l'industrie du tabac, dans un contexte où les cigarettes manufacturées sont en déclin.

L'objectif des industriels reste d'élargir le marché de la dépendance à la nicotine en enrôlant un maximum de clients dès le plus jeune âge.

De fait, malgré l'interdiction de la publicité pour ces produits et les lois ciblant les influenceurs, des vidéos et des placements de produits discrets continuent de circuler notamment sur les réseaux sociaux avec un **marketing ciblant les jeunes** via une grande variété d'arômes et l'argument de pouvoir consommer ces produits en tout temps et en tout lieu. A cette fin des influenceurs, notamment des sportifs, incitent à consommer ces produits.

Œuvrons pour une génération sans tabac en 2032 et refusons ces nouveaux produits dangereux pour la santé !

Vous êtes fumeur et vous souhaitez arrêter de fumer !

Mettez toutes les chances de votre côté, faites-vous aider par un professionnel de santé de Nancy

- **CHRU de Nancy**, Unité de coordination de tabacologie, Hôpitaux de Brabois : 03 83 15 74 90
- **Maternité du CHRU de Nancy** : 03 83 34 43 82
- **CSAPA, Maison des Addictions** : 03 57 80 66 00
- **Consultations Jeunes Consommateurs**, Maison des adolescents de Nancy : 03 83 85 83 85
- **Centre de médecine préventive** : 03 83 44 87 49
- **Institut de cancérologie de Lorraine** : 03 83 59 84 46

Et consultez **Tabac Info Service** au **39 89** et sur **www.tabac-info-service.fr**

©Ville Libre Sans Tabac – Octobre 2026