FACTSHEET
POUDRES ÉNERGISANTES À SNIFFER

CONTEXTE

Il y a relativement peu de temps, des poudres à sniffer dites énergisantes ont été mises sur le marché en Suisse, par exemple «Wildkraut» en 2022 et «PowUp» en janvier 2025. En 2024, la poudre à sniffer énergisante «Sniffy» a été mise sur le marché en France et a suscité de vives réactions de la part d'organisations actives dans le domaine de la prévention des addictions, notamment parce qu'elle était proposée avec un tube à consommer par voie nasale comme la cocaïne. Ces produits, à première vue inoffensifs, suscitent toutefois des inquiétudes.

C'EST QUOI, LES POUDRES ÉNERGISANTES À SNIFFER ?

Actuellement (juin 2025), différents produits sont disponibles sur le marché. Tous ont en commun le fait qu'il s'agit de poudres qui sont «sniffées» et qui contiennent différents ingrédients présentés comme «énergisants».

Le produit PowUp, par exemple, est une poudre blanche composée de plusieurs substances[1] dites naturelles. Cette poudre est conditionnée dans un mini-flacon pour une «consommation pratique» par le nez, imitant ainsi le mode de consommation de la cocaïne. Les saveurs proposées – nature, menthe, fruit de la passion, citron vert et fraise Tagada – s'adressent surtout à un public jeune, voire très jeune.

Elle est disponible sur Internet et fait l'objet d'une commercialisation agressive sur les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, TikTok). Tant le contenu du site web que les supports multimédias soulignent le lien avec le contexte de la fête et la nature, notamment le milieu sportif. Les consommateurs représentés sont à chaque fois jeunes, semblent être à la limite de la majorité et le langage utilisé vise clairement les jeunes (tutoiement, 'boost', ...). Certaines images montrent des jeunes dans un environnement festif, un verre à la main, en train de sniffer la poudre.

Un autre produit, WildKraut Energy Sniff, est disponible dans les magasins et sur Internet, par exemple sur Galaxus. Sa forme de consommation et son orientation vers les consommateurs sont similaires à celles de PowUp, mais son marketing fait davantage référence à la nature, aux Alpes et à la tradition (slogans «Sniffe la force des Alpes» ou «Sois sauvage. Reste éveillé»). Outre la caféine, la taurine, différents acides aminés et la guarana, les ingrédients cités sont des herbes telles que l'impératoire, la rhodiola roséa et la menthe.

Enfin, le produit français « Sniffy » est également disponible en Suisse sur Internet, mais pas sous forme de poudre à sniffer. Au début, son marketing cherchait délibérément à établir une parenté avec la cocaïne (mise en avant de la « poudre blanche », fourniture d'un tube à sniffer). Cela a conduit, par arrêté ministériel du 25 juillet 2024, à l'interdiction provisoire en France de la vente de produits présentés sous forme de poudre et destinés à une consommation intranasale. Il s'avère aujourd'hui que le produit est toujours disponible, mais sous une autre forme (poudre à ingérer, gomme à mâcher, spray nasal) et fait l'objet d'une publicité pour la vente.

Bien que les ingrédients de PowUp et Sniffy[2] ne soient pas considérés comme impropres à la consommation, certains d'entre eux peuvent provoquer des effets secondaires : l'arginine peut avoir certains effets irritants sur les yeux[3], la bêta-alanine est associée à la paresthésie[4], et les effets à long terme de certains ingrédients (également présents dans d'autres produits) ne sont pas encore connus.

QUEL EST LE PROBLÈME AVEC CES PRODUITS ?

Addiction Suisse considère que la vente de poudres énergisantes à sniffer sur le marché suisse est problématique pour les raisons suivantes :

- En raison de leur présentation, de leur mode de consommation et de leurs effets stimulants, ces poudres à sniffer rappellent la cocaïne et la kétamine, qui sont ainsi banalisées et normalisées, comme cela a été le cas autrefois avec les cigarettes à mâcher par exemple, avec le risque de banalisation des cigarettes classiques.
- Il peut également y avoir confusion avec des substances psychoactives illégales.
- Le marketing agressif s'adresse principalement aux adolescents et aux jeunes adultes : ces produits leur sont présentés de manière attrayante et amusante, souvent en situation de consommation d'alcool, et proposent principalement des variantes aux arômes fruités attrayants pour les jeunes. Parallèlement, la publicité flirte ouvertement avec la similitude avec les substances illégales interdites et donc avec une transgression excitante des limites.
- Des doutes subsistent quant à l'innocuité réelle des ingrédients, notamment en cas de consommation nasale régulière.

QUELS SONT LES RISQUES ?

Concernant cette catégorie de produits, les risques sont les suivants :

- Promouvoir le sniff comme une forme de consommation attrayante est irresponsable du point de vue de la protection de la jeunesse. En imitant et en banalisant la consommation de cocaïne et de kétamine, il favorise l'initiation à la consommation.
- On ne connaît pas encore les effets de certains ingrédients sur l'organisme et plus particulièrement sur la muqueuse nasale, le pharynx, la trachée et les poumons.
- L'arginine peut avoir certains effets irritants sur les yeux et la bêta-alanine est associée à la parasitose.
- Les risques à long terme pour la santé de ces produits sont également encore inconnus.

SITUATION JURIDIQUE

En Suisse, la vente est légale et il n'existe pas non plus de limite d'âge. Les poudres à sniffer sans nicotine relèvent de la législation sur les denrées alimentaires en tant qu'objets usuels en contact avec la peau ou les muqueuses. Selon l'art.15 de la loi sur les denrées alimentaires[5] (LDAl ; RS 817.0), elles doivent être sûres et ne pas mettre en danger la santé des consommatrices et consommateurs. Cela doit être garanti par les fabricants/importateurs/distributeurs dans le cadre de leur autocontrôle (art. 26 de la loi sur les denrées alimentaires[6] et art. 73-75 de l'ordonnance sur les denrées alimentaires et les objets usuels[7]). La législation sur les denrées alimentaires ne prévoit pas d'obligation d'autorisation ou de déclaration pour ces produits.

En France, la vente de poudres à sniffer est interdite pendant un an, jusqu'en juillet 2025.

PRÉVENTION

Cette nouvelle catégorie de produits représente un défi pour la prévention et la protection de la jeunesse. Comme autrefois avec les cigarettes à mâcher, les poudres à sniffer énergisantes pourraient abaisser le seuil d'inhibition à la consommation de substances plus dangereuses, faciliter ainsi le passage à ces dernières et entraîner une addiction. De façon générale, il est essentiel d'empêcher ou de retarder le plus possible l'entrée dans la consommation, car plus la consommation s'installe régulièrement et tôt, plus le risque de devenir dépendant est grand.

Il est important d'éviter de chercher à faire aimer le « sniff » aux jeunes en le présentant comme un comportement attrayant. La publicité pour un produit destiné à être sniffé ne doit donc pas atteindre les jeunes. En principe, il serait important que ce type de produit soit réglementé, en particulier en apportant la preuve de leur innocuité avant d'en autoriser la vente.

---

1 Créatine, taurine, caféine, maltodextrine, L-Arginine et L-Citrulline.

2 L-Arginine, caféine, créatine, L-Citrulline, taurine, bêta-alanine et maltodextrine

3 https://tinyurl.com/yyesxxdf

4 https://www.canada.ca/content/dam/dnd-mdn/documents/health/nutrition/fiche-info-supplement-beta-alanine.pdf

5 https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/62/fr#art_15

6 https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/62/fr#art_26

7 https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/63/fr#art_73

Lausanne, juillet 2025

Cette fiche d'information a été réalisée par

Addiction Suisse
Av. Louis-Ruchonnet 14
CH-1003 Lausanne
info@addictionsuisse.ch
www.addictionsuisse.ch

GREA
Rue Saint-Pierre 3
CH-1003 Lausanne
info@grea.ch
www.grea.ch

Soutenez-nous avec un don ! - IBAN : CH63 0900 0000 1000 0261 7

6.110.01