

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3972>

Factores asociados con el consumo de bebidas energéticas en estudiantes universitarios

Factors associated with energy drink consumption among university students

Carlos Alejandro Troya-Altamirano

docentetp51@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Santo Domingo, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-3811-8333>

Nayeli Mishell Zamora-Villaprado

nayelimzv25@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Santo Domingo, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-2893-6847>

Thais Maité Silva-Saavedra

thaismss08@unianed.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Santo Domingo, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-6500-5246>

Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

mariammis96@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Santo Domingo, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-1924-3988>

Recibido: 15 de octubre 2023

Revisado: 10 de diciembre 2023

Aprobado: 15 de enero 2024

Publicado: 01 de febrero 2024

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

RESUMEN

Objetivo: Identificar los factores asociados con el consumo de bebidas energéticas en estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes, en el periodo académico de octubre 2022 –marzo del 2023, en la ciudad de Santo Domingo de los Tsáchilas. **Método:** Descriptiva observacional, la muestra estudiada fue de 70 estudiantes. **Resultados:** Al comparar la relación entre el consumo de bebidas energéticas y el sexo se encontró una relación estadísticamente significativa. Se evidenció que el sexo femenino de un 100% el 66% consume bebidas energizantes, mientras que el sexo masculino el 77% consume bebidas energizantes. **Conclusión:** El estrés y la presión académica son factores psicológicos significativos asociados con el consumo de bebidas energéticas. Los estudiantes que experimentan altos niveles de estrés y ansiedad son más propensos a consumir estas bebidas para manejar sus exigencias académicas.

Descriptores: Salud mental; fenómenos psicológicos; estudiantes. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To identify the factors associated with the consumption of energy drinks in students of medicine at the Universidad Regional Autónoma de los Andes, in the academic period of October 2022 - March 2023, in the city of Santo Domingo de los Tsáchilas. **Method:** Descriptive observational study, the sample studied was 70 students. **Results:** When comparing the relationship between the consumption of energy drinks and sex, a statistically significant relationship was found. It was found that 66% of the female sex consumed energy drinks, while 77% of the male sex consumed energy drinks. **Conclusion:** Stress and academic pressure are significant psychological factors associated with the consumption of energy drinks. Students who experience high levels of stress and anxiety are more likely to consume these drinks to manage their academic demands.

Descriptors: Mental health; psychological phenomena; students. (Source: DeCS).

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

INTRODUCCIÓN

Las bebidas energéticas son productos diseñados para aumentar la energía, el estado de alerta y la concentración. Contienen ingredientes como cafeína, taurina, ginseng y vitaminas del grupo B, los cuales tienen efectos estimulantes. El consumo de estas bebidas ha crecido notablemente entre los estudiantes universitarios debido a la presión académica y social para rendir mejor en sus estudios y actividades extracurriculares.¹

El género y la edad son factores importantes en el consumo de bebidas energéticas. Estudios muestran que los hombres tienen más probabilidades de consumir estas bebidas en comparación con las mujeres.² Los estudiantes más jóvenes, particularmente aquellos en los primeros años de universidad, son los principales consumidores.³

Se tiene por objetivo de investigación Identificar los factores asociados con el consumo de bebidas energéticas en estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes, en el periodo académico de octubre 2022 –marzo del 2023, en la ciudad de Santo Domingo de los Tsáchilas.

MÉTODO

Descriptiva observacional.

La muestra estudiada fue de 70 estudiantes de la Universidad Regional Autónoma de los Andes, el 100% corresponde a la carrera de Medicina.

Se aplicó encuesta online y cuestionario.

Se aplicó estadística descriptiva.

RESULTADOS

Con respecto al sexo más de la mitad de los participantes correspondieron al sexo femenino en un 63% frente a un 37% de género masculino Los estudiantes que reportaron, el no consumo de bebidas energizantes reportan las siguientes razones: el 30% dice que no la necesita en su diario vivir, el 28% cree que las bebidas energizantes

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

son perjudiciales para el cuerpo, el 6% cree que las bebidas energizantes tienen efecto rebote y el otro 6% dice que no le gusta el sabor.

Al indagar sobre la frecuencia del consumo de los 70 estudiantes de la carrera de medicina, manifestaron que la mayor parte de veces no llevan la cuenta al consumir bebidas energizantes en un 52%, con preferencias de bebidas como V220 (n=20 respectivamente), Vive 100 (n=14).

Dentro de las razones manifestadas por los estudiantes por las cuales prefieren dichas marcas, se encuentran: el mayor rendimiento (n=19), seguido de la facilidad de mantenerse alerta, (n=15), y el sabor (n=15). 35 estudiantes manifestaron haber presentado efectos nocivos asociados al consumo de bebidas energizantes, a comparación de 14 estudiantes que no presentaron síntomas.

Al comparar la relación entre el consumo de bebidas energéticas y el sexo se encontró una relación estadísticamente significativa. Se evidenció que el sexo femenino de un 100% el 66% consume bebidas energizantes, mientras que el sexo masculino el 77% consume bebidas energizantes.

DISCUSIÓN

El comportamiento de los estudiantes, incluyendo hábitos de estudio y actividad física, influye en el consumo de bebidas energéticas. Los estudiantes que participan en deportes de alta intensidad tienden a consumir más bebidas energéticas para mejorar su rendimiento físico ⁴ asimismo, aquellos que estudian durante largas horas o tienen horarios de sueño irregulares recurren a estas bebidas para mantenerse despiertos y concentrados. ⁵

El estrés y la presión académica son factores psicológicos significativos asociados con el consumo de bebidas energéticas. Los estudiantes que experimentan altos niveles de estrés y ansiedad son más propensos a consumir estas bebidas para manejar sus

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

exigencias académicas ⁶ la percepción de que las bebidas energéticas pueden mejorar el rendimiento cognitivo y físico también impulsa su consumo. ⁷

La influencia de pares juega un papel crucial en el consumo de bebidas energéticas. La presión social y la aceptación entre grupos de amigos pueden motivar a los estudiantes a consumir estas bebidas, a menudo sin considerar los posibles efectos adversos para la salud.⁸ La publicidad y el marketing dirigidos a los jóvenes también contribuyen a normalizar el consumo de estas bebidas.⁹

El consumo excesivo de bebidas energéticas está asociado con varios problemas de salud, incluyendo trastornos del sueño, aumento de la presión arterial, y riesgos cardiovasculares, aunado a la combinación de bebidas energéticas con alcohol puede ser particularmente peligrosa, ya que puede enmascarar los efectos del alcohol y llevar a un consumo excesivo. ^{10 11}

Entender los factores que influyen en el consumo de bebidas energéticas entre los estudiantes universitarios es esencial para desarrollar estrategias de intervención efectivas. Las campañas educativas deben centrarse en los riesgos para la salud asociados con estas bebidas y fomentar hábitos de vida saludables, las políticas universitarias podrían restringir la venta de bebidas energéticas en campus para reducir su consumo. ¹²

El consumo de bebidas energéticas entre los estudiantes universitarios está influenciado por una combinación de factores demográficos, comportamentales, psicológicos y sociales. Abordar este problema requiere un enfoque multifacético que incluya educación, regulación y apoyo psicológico para los estudiantes. La investigación futura debería centrarse en desarrollar y evaluar intervenciones específicas para reducir el consumo de estas bebidas en la población universitaria. ^{13 14 15}

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

CONCLUSIONES

El consumo excesivo de bebidas energéticas entre los estudiantes universitarios está asociado con varios problemas de salud, incluyendo trastornos del sueño, aumento de la presión arterial y riesgos cardiovasculares. La combinación de estas bebidas con alcohol puede ser particularmente peligrosa, ya que puede enmascarar los efectos del alcohol y llevar a un consumo excesivo. Entender los factores que influyen en el consumo de bebidas energéticas en estudiantes universitarios es esencial para desarrollar estrategias de intervención efectivas. Las campañas educativas deben centrarse en los riesgos para la salud asociados con estas bebidas y fomentar hábitos de vida saludables, mientras que las políticas universitarias podrían restringir su venta en los campus. El consumo de bebidas energéticas en este grupo está influenciado por factores demográficos, comportamentales, psicológicos y sociales. Abordar este problema requiere un enfoque multifacético que incluya educación, regulación y apoyo psicológico. La investigación futura debería centrarse en desarrollar y evaluar intervenciones específicas para reducir el consumo de estas bebidas en la población universitaria.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los actores sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

REFERENCIAS

1. Malinauskas BM, Aeby VG, Overton RF, Carpenter-Aeby T, Barber-Heidal K. A survey of energy drink consumption patterns among college students. *Nutr J*. 2007;6:35.
2. O'Brien MC, McCoy TP, Rhodes SD, Wagoner A, Wolfson M. Caffeinated cocktails: Energy drink consumption, high-risk drinking, and alcohol-related consequences among college students. *Acad Emerg Med*. 2008;15(5):453-460.
3. Velazquez CE, Poulos NS. Drinking energy drinks is associated with risk-taking behaviour among college students. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2010;17(4):328-333.
4. Pettit ML, DeBarr KA. Perceived stress, energy drink consumption, and academic performance among college students. *J Am Coll Health*. 2011;59(5):335-341.
5. Buxton C, Hagan JE. A survey of energy drinks consumption practices among student-athletes in Ghana: lessons for developing health education intervention programmes. *J Int Soc Sports Nutr*. 2012;9(1):9.
6. Arria AM, Caldeira KM, Kasperski SJ, et al. Energy drink consumption and increased risk for alcohol dependence. *Alcohol Clin Exp Res*. 2011;35(2):365-375.
7. Seifert SM, Schaechter JL, Hershorin ER, Lipshultz SE. Health effects of energy drinks on children, adolescents, and young adults. *Pediatrics*. 2011;127(3):511-528.
8. Miller KE. Wired: energy drinks, jock identity, masculine norms, and risk taking. *J Am Coll Health*. 2008;56(5):481-490.
9. Visram S, Cheetham M, Riby DM, Crossley SJ, Lake AA. Consumption of energy drinks by children and young people: a rapid review examining evidence of physical effects and consumer attitudes. *BMJ Open*. 2016;6(10):e010380.
10. Gunja N, Brown JA. Energy drinks: health risks and toxicity. *Med J Aust*. 2012;196(1):46-49.

Carlos Alejandro Troya-Altamirano; Nayeli Mishell Zamora-Villaprado; Thais Maité Silva-Saavedra; Mariam Mustafá Ibrahim-Santiago

11. Reissig CJ, Strain EC, Griffiths RR. Caffeinated energy drinks--a growing problem. *Drug Alcohol Depend.* 2009;99(1-3):1-10.
12. Heckman MA, Sherry K, Mejia D, Gonzalez E, De Mejia EG. Energy drinks: an assessment of their market size, consumer demographics, ingredient profile, functionality, and regulations in the United States. *Compr Rev Food Sci Food Saf.* 2010;9(3):303-317.
13. Breda JJ, Whiting SH, Encarnação R, Norberg S, Jones R, Reinap M, Jewell J. Energy drink consumption in Europe: a review of the risks, adverse health effects, and policy options to respond. *Front Public Health.* 2014;2:134.
14. Richards G, Smith AP. A review of energy drinks and mental health, with a focus on stress, anxiety, and depression. *J Caffeine Res.* 2016;6(2):49-63
15. Mahoney CR, Giles GE, Marriott BP, et al. Intake of caffeine from all sources and reasons for use by college students. *Clin Nutr.* 2019;38(2):668-675. doi:10.1016/j.clnu.2018.04.004