Gac Sanit. 2025;39(S2):344

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

921 - CONSUMO DE BEBIDAS ENERGÉTICAS: CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES EN UNIVERSITARIOS (ESTUDIO CUALITATIVO)

I. Visos-Varela, A. López-Durán, M. Corral-Varela, B. Takkouche, A. Figueiras, N. Mallah

Universidade de Santiago de Compostela; Instituto de Investigación Sanitaria de Santiago; IPsiUS; CIBERESP.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Las bebidas energéticas (BE) son muy populares entre la juventud por sus supuestos efectos estimulantes y, a pesar de los riesgos conocidos para la salud, su consumo sigue aumentando. La presión académica y social del contexto universitario pueden favorecer esta práctica. Desde una perspectiva psicosocial, los conocimientos y las actitudes se vinculan con los hábitos de consumo de sustancias. El objetivo de este estudio fue explorar los conocimientos y las actitudes del estudiando universitario hacia las BE.

Métodos: Realizamos un estudio cualitativo en Galicia para explorar de forma exhaustiva los conocimientos y las actitudes de los participantes. En abril-mayo de 2024 organizamos 7 grupos focales con 43 estudiantes de distintas titulaciones y cursos de grado. Las conversaciones fueron grabadas, transcritas y analizadas por pares mediante análisis temático.

Resultados: En general, los participantes mostraron un conocimiento aceptable sobre las BE, identificando las principales marcas comerciales así como los ingredientes más característicos. Destacaron los efectos estimulantes de estas bebidas y también reconocieron diversos efectos adversos asociados a su consumo (taquicardias, problemas cardiovasculares, tolerancia, dependencia, insomnio, ansiedad, entre otros). Además, mencionaron características diferenciales respecto a otros refrescos, como su mayor contenido de cafeína o sus estrategias de *marketing* específicamente dirigidas a jóvenes. Entre las actitudes favorables hacia el consumo de BE destacaron

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

la utilidad para estudiar o aumentar el rendimiento físico, mientras que las actitudes desfavorables se basaron en la preocupación por los riesgos para la salud. En general, predominaron las actitudes ambivalentes, combinando valoraciones tanto positivas como negativas. Algunos compararon este consumo con el del tabaco: se minimizan los efectos negativos a largo plazo por el beneficio inmediato percibido. En este caso, las BE son vistas como una herramienta útil para afrontar el ritmo de vida universitario.

Conclusiones/Recomendaciones: Los resultados muestran una realidad compleja. Aunque los participantes reconocen los riesgos y los efectos negativos de las BE, prevalecen las actitudes ambivalentes que normalizan su consumo, debido a la percepción de que son necesarias frente a las exigencias académicas y sociales del contexto universitario. Estos hallazgos podrían ser útiles para diseñar programas educativos preventivos enfocados en modificar estas actitudes, así como para motivar a las autoridades competentes a revisar y regular el marketing de BE.

Financiación: Estudio financiado por el Ministerio de Sanidad-Plan Nacional sobre Drogas (Expediente: 2023I061).

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados