Gac Sanit. 2025;39(S2):342

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

644 - PREVALENCIA Y CARACTERIZACIÓN DEL CONSUMO DE BEBIDAS ENERGÉTICAS EN EUROPA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

A. Teijeiro, N. Mouriño, G. García, C. Candal-Pedreira, J. Rey-Brandariz, C. Guerra-Tort, M. Mascareñas-García, A. Montes-Martínez, L. Varela-Lema

Universidade de Santiago de Compostela; Complejo Universitario de A Coruña; CIBER; IDIS.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Las bebidas energéticas (BE) son bebidas con alto contenido en cafeína, azúcar y otros estimulantes. La cafeína puede causar problemas cardiovasculares, gastrointestinales y mentales, mientras que el exceso de azúcar se asocia con obesidad y diabetes. Estos efectos son más perjudiciales en la población joven. Por ello, algunos países europeos han decidido implantar regulaciones sobre las BE. El objetivo fue evaluar la prevalencia de consumo de BE y las características de los consumidores en Europa.

Métodos: Se realizó una revisión sistemática en las bases de datos EMBASE, MEDLINE, Scopus y Cochrane incluyendo los estudios con datos de prevalencia de consumo de BE hasta noviembre de 2024. No se aplicaron restricciones en cuanto a país, idioma, periodo o diseño del estudio. Cuatro investigadores identificaron y revisaron los registros obtenidos. Aquellos que cumplieron con los criterios de inclusión, fueron extraídos en una tabla ad hoc en Excel. Se extrajo información referida a las características del estudio, de la población, datos sobre la prevalencia de consumo de BE y la caracterización de los consumidores. Se evaluó la calidad de los estudios incluidos con una adaptación de la escala Newcastle-Ottawa.

Resultados: Se incluyeron 94 estudios que mostraron diferencias en su diseño, definición del consumo y marco temporal estudiado. La frecuencia de consumo de BE más estudiada fue la semanal (n = 45) y la población más estudiada, los estudiantes escolarizados (n = 77). Se observó un aumento de la prevalencia de consumo en los

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

estudios que evaluaron el consumo a lo largo del tiempo. Incluso para la misma frecuencia de consumo, población y país, las estimaciones de prevalencia variaron en gran medida. Las características de los consumidores más estudiadas fueron las relacionadas con el nivel socioeconómico, el consumo de tabaco y alcohol, la actividad física, la edad y el género. Se asoció un mayor consumo a estudiantes escolarizados de mayor edad y estudiantes universitarios de menor edad, a un bajo nivel socioeconómico, al consumo de tabaco y alcohol, y al género masculino. 76 estudios tenían baja calidad.

Conclusiones/Recomendaciones: Es difícil tener una imagen clara de la extensión del consumo de BE en Europa, principalmente debido a las diferencias en el diseño de los estudios y a la falta de periodicidad de las estimaciones. Debido a los problemas de salud asociados con el consumo de bebidas energéticas, la regulación de este tipo de bebidas es esencial, especialmente en la población joven.

Financiación: Este trabajo ha sido financiado por la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas mediante el proyecto «2022 I006».

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