Bebidas energéticas – uso indiscriminado?

Gilda Pulcherio[1]

O uso de bebidas energéticas (energéticos) encontra-se disseminado no Brasil, principalmente entre os jovens, e preocupa por suas consequências pouco conhecidas (1). Inicialmente vendidas em pequenas doses com o *slogan* "Que te dá asas", hoje são encontradas em embalagens de até 2 litros, com nomes como "Cachorro louco", "Atômico", etc. Sabe-se que os energéticos são substâncias psicoativas com propriedades altamente estimulantes, devido à expressiva quantidade de taurina e cafeína, esta variando entre 50 mg e 505 mg por 200 ml. Não há qualquer aviso sobre intoxicação por superdosagem (2). Além disso, são normalmente comercializadas junto às bebidas alcoólicas.

Para o público jovem, o grande efeito destas bebidas se deve à mistura com o álcool. Nos EUA, 48,4% dos adolescentes amostrados associam frequentemente bebidas energéticas com álcool (3). Noutro estudo, 54% dos adolescentes pesquisados relataram o uso combinado em festas (4). No Brasil, 76% dos usuários de energéticos o consomem com bebidas de alto teor alcoólico, tais como uísque e vodca (5).

Esta associação é muito popular e pode ser perigosa, pois mostra capacidade de reduzir os sintomas adversos da alcoolemia, incluindo seus efeitos depressores. Tais fatores podem levar o sujeito que consome a não perceber sinais de intoxicação alcoólica, aumentar riscos de acidentes, assim como ao abuso e dependência do álcool (6, 3). Além disso, foram relatados efeitos colaterais, como dor de cabeça, palpitação cardíaca e insônia, entre outros (5, 4). Ademais, a privação do sono que pode ocorrer com o uso de energéticos é fator de risco para desencadear quadros hipomaníacos ou mesmo mania franca em pessoas suscetíveis ou portadores de transtorno bipolar, após uso pesado de energéticos (7).

O Brasil carece de legislação específica sobre o tema, entretanto sabe-se que, de acordo com o Decreto-Lei n.º 560/99, não há obrigatoriedade de informação quanto aos efeitos da ingestão. No Rio de Janeiro, contudo, tramita um projeto de lei estadual que proíbe a comercialização de bebidas energéticas em boates e danceterias, o que, apesar do cunho proibicionista, evidencia a pertinência do assunto.

Assim, é importante que a comunidade médica esteja atenta aos riscos do consumo indiscriminado de energéticos, sobretudo quando associados ao álcool, e verifiquem a ingestão destas bebidas nos atendimentos, possibilitando uma abordagem mais precisa em relação aos riscos do alcoolismo e outras drogas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ballistreri, MC, Corradi-Webster, C.M. O uso de bebidas energéticas entre estudantes de educação física. Rev. Latino-Am. Enfermagem 2008; 16:558-564.
2. Reissig, CJ, Strain EC, Griffiths RR. Caffeinated energy drinks – A growing problem. Drug Alcohol Depend. 2009; 99(1-3):1-10.
3. Oteri A, Salvo F, Caputi, AP, Calapai G. Intake of energy drinks in association with alcoholic beverages in a cohort of students of the School of Medicine of the University of Messina. Alcoholism Clin Exp Res 2007; 31(10):1677-1680.
4. Malinauskas BM, Aeby VG, Overton RF, Carpenter-Aeby T, Barber-Heidal K. A survey of energy drink consumption among college students. Nutrition Journal 2007; 6(35):1-7.
5. Ferreira SE, Mello MT, Formigoni MLOS. O efeito das bebidas alcoólicas pode ser afetado pela combinação com bebidas energéticas? Um estudo com usuários. Rev Assoc Med Bras 2004; 50(1):48-51.
6. Ferreira SE, Mello MT, Pompeia S, Formigoni MLOS. Effects of energy drink ingestion on alcohol intoxication. Alcoholism Clin Exp Res 2006; 30(4):598-605.
7. Vieira RM. Bebidas energéticas e Mania. Jornal do Centro de Estudos Luis Guedes (CELG) da Universidade do Rio Grande do Sul 2001; out:9.

✉ Endereço para correspondência:
Gilda Pulcherio
Rua Dona Lida Monteiro, 450
91720-300 – Porto Alegre, RS – Brasil
☎ (51) 3354-7688
gilda@ippad.com.br

Recebido: 21/6/2010 – Aprovado: 22/6/2010

[1] Mestrado em Psicologia Social pela PUCRS. Psiquiatra.

024-648_bebidas.pmd 363 21/12/2010, 13:39