¿Y tú tomas bebidas energizantes? 05/11/2014

Liuba Kogan

Investigadora de la Universidad del Pacífico

Lituania se ha convertido en el primer país en prohibir la venta de bebidas energizantes a menores de 18 años. Es decir, productos que contienen más de 150 miligramos de cafeína, taurina u otros componentes estimulantes que generan principalmente en los jóvenes la sensación de vitalidad e inhibición del sueño, entre otros efectos.

Algunos datos son alarmantes. Por ejemplo, 68% de los jóvenes europeos entre 10 y 18 años son consumidores frecuentes de estas bebidas. En Estados Unidos, el 10% de estudiantes consume estos energizantes una vez por semana.

Incluso existen variaciones en el mercado de estos productos, que se presentan en forma de un tubo pequeño que contiene un polvo con 100 miligramos de cafeína y vitamina B (bautizado como “AeroShot”).

La Asociación Médica Estadounidense y la Comisión Europea plantean algún tipo de control sobre este consumo en los jóvenes por considerar que produce problemas serios de salud.

Es posible discutir si la mejor medida es la prohibición de la venta, el impedimento de la publicidad y su venta en estadios y colegios (como lo ha hecho Arabia Saudí), o la advertencia en los mismos productos (como en las cajas de cigarrillos), para dejar que los jóvenes decidan si toman estos productos o no.

Se trata, en todo caso –el de las bebidas energizantes–, de un tema de políticas públicas de salud que los países tendrán que discutir junto al tema de la comida chatarra, el uso de bebidas excesivamente azucaradas, el alcohol u otros productos considerados perjudiciales para la salud de niños y jóvenes.

Sin embargo, la gran pregunta es por qué existe tanta necesidad en los jóvenes de estimularse, dejar de dormir y excitarse.

Podemos pensar en un grupo de explicaciones. La primera podría relacionarse con la enorme exigencia que la sociedad carga en los hombros de los jóvenes estudiantes. Cada vez la competencia por notas, la necesidad de realizar múltiples trabajos y, no olvidemos, desarrollar prácticas preprofesionales los lleva a necesitar que el día tenga 28 horas. “Irse de boleto”, es decir, no dormir, amanecerse, parece ser una condición que sufren muchachos y muchachas que luchan por prepararse para un mercado cada vez más competitivo.

En esas circunstancias, una taza de café no les resulta suficiente. No quiero pecar de ingenua y señalar que son solo los alumnos contemporáneos quienes utilizan este tipo de estimulantes. Es sabido que los estudiantes de Medicina (referencia que conozco) tomaban pastillas estimulantes antes de los exámenes, las que muchas veces generaban problemas de salud. Pero ahora se trata de productos legales, publicitados y vendidos con un márketing de primera.

La segunda explicación sobre el uso de estas bebidas se relaciona con la necesidad de los jóvenes de sentirse poderosos, vitales e incansables para participar en fiestas donde se gasta enorme cantidad de energía. Para juerguearse hasta la madrugada, se mezclan estas bebidas con alcohol.

Por último –aunque sin datos estadísticos–, algunos jóvenes comentan que para mantener relaciones sexuales por primera vez con una chica, toman viagra (a pesar de su edad) y bebidas energizantes para evitar el miedo de “fallar”.

Mi posición frente al uso de las bebidas energizantes se resume en la necesidad de comprender a qué mundo y exigencias sometemos a los jóvenes.