

Universidad Internacional
para el Desarrollo Sostenible



**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL PARA EL DESARROLLO
SOSTENIBLE**

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA DE MEDICINA Y CIRUGIA

SEDE MATAGALPA

PROTOCOLO DE INVESTIGACION DEL TEMA:

**«CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRACTICAS
SOBRE EL CONSUMO DE BEBIDAS
ENERGETICAS EN ESTUDIANTES DE LA
CARRERA DE MEDICINA Y CIRUGIA DE UNIDES
SEDE MATAGALPA DURANTE EL SEGUNDO
CUATRIMESTRE DEL 2021»**

TUTOR: Dr. Juroj Bartoz.

AUTORES: Bachiller Jaderling María Rizo Chavarria.

Bachiller Lohania Jobelia Morazán Martínez.

AUTORIZADO: Dr. Raymundo Solano Espinoza.

Matagalpa 25 octubre de 2021

INDICE DE CONTENIDO

NO. DENOMINACIÓN	PAGINA
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. ANTECEDENTES.....	3
III. JUSTIFICACIÓN.....	10
IV. OBJETIVOS.....	12
V. MARCO TEÓRICO.....	13
VI. DISEÑO METODOLOGICO.....	22
VII. RESULTADOS.....	29
VI. CONCLUSIONES.....	54
VII. BIBLIOGRAFIA.....	60

INDICE DE ANEXOS

Nº DENOMINACION	PAGINA
1. INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS.....	58
2. CRONOGRAMA DE INVESTIGACION	61
3. PRESUPUESTO DE INVESTIGACION	62

I. INTRODUCCIÓN.

Las bebidas energéticas han tenido gran acogida en el mercado debido en gran parte en su promoción comercial y las características de sus ingredientes que influyen sobre los resultados físicos, mentales y metabólicos, causando el interés de la población joven al proveer reacciones más veloces, sensaciones de bienestar y evitando el sueño uno de los rasgos que más frenesí ha generado por el ritmo de vida. (1)

Se estima que existen más de 300 variedades de bebidas energéticas en el mundo, de las cuales el 60% son provenientes de Estados Unidos. Entre los principales componentes de las Bebidas energéticas se encuentran las metilxantinas (a este grupo de sustancias pertenecen la cafeína, teobromina y la teofilina), los aminoácidos taurina y L-carnitina, y el carbohidrato Glucuronolactona (que disminuye el estrés); ciertas bebidas reemplazan la cafeína por guaraná y las promocionan como más seguras, por tratarse de un extracto vegetal; pero cada gramo de guaraná posee 36,8 mg de cafeína, 2,2 mg de teobromina y 1,1 mg de teofilina, por lo cual su potencial tóxico no. (1)

El consumo de estas bebidas se da con mayor frecuencia en atletas, estudiantes y personas durante actividad física o cualquiera que necesite aumentar sus niveles de energía y evitar el sueño (2). Según datos de la European Food Safety Authority son consumidos por el 30% de los adultos de entre 18 y 65 años, de los que el 12% consumen en promedio 4-5 días o más por semana (consumo «crónico alto») y el 11% realizan un consumo «agudo alto» (al menos 1 L por sesión). (2)

A nivel global se halla descrita una prevalencia creciente. En estados unidos estudios demostraron que entre un 39 y un 80%, de los estudiantes universitarios, habían consumido al menos una bebida energética, en naciones como Ghana, el 62,2% de los estudiantes consume bebidas energéticas al menos una vez por semana. En Argentina la prevalencia de consumo de bebidas energéticas entre los estudiantes de educación física es de 64.9%, en países como Arabia Saudí las tasas de prevalencia del consumo de estas sustancias corresponden a un 40% y en Turquía a un 32.6%, y en países como Polonia la prevalencia es de un 49% en los estudiantes universitarios. (2)

II. ANTECEDENTES.

A. INTERNACIONALES

Clara Inés Manrique, Claudia Lucía Arroyave-Hoyos, David Galvis-Parej realizaron un estudio en el año 2017 sobre Bebidas cafeínadas energizantes: efectos neurológicos y cardiovasculares llegando a la conclusión que no se conocen con exactitud los límites seguros del consumo, aunque la información sugiere que en un adulto sano podrían ser hasta de 400 mg por día. luego de la ingestión de bebidas energizantes, algunos individuos han consultado a los servicios de urgencias por arritmias, convulsiones, agitación, agresividad e ideación suicida, especialmente cuando hay uso concomitante de etanol. Existe la creencia popular de que el combinar cafeína con etanol disminuye o revierte los efectos de este último, puede llevar a otros riesgos, ya que las personas, al “no sentirse ebrias”, pueden involucrarse en actividades peligrosas, tales como conducir un auto. Además, preocupa su uso indiscriminado, principalmente en menores de edad, población en la que se debate con respecto a los riesgos en la salud, principalmente por los efectos en el sistema nervioso central. Todas estas situaciones llevan a la necesidad de buscar estrategias educativas ante la población consumidora, para que modere el uso de estas bebidas y evite combinarlas con etanol. (3)

Elsa Melchora Plaza Chacho Jenny Alexandra Tapia Pinguil María José Urgilés García en el 2015 realizaron el siguiente estudio Factores de riesgo relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas: alcohol, tabaco y bebidas energizantes en adolescentes de bachillerato del colegio técnico GuillermoMensi. Llegando a las siguientes conclusiones: Existe un alto índice de consumo de alcohol en los adolescentes del Colegio Técnico Guillermo Mensi. De acuerdo al Test Masta aplicado, el 17% presenta un alto riesgo de

alcoholismo y el 25% tienen problemas de alcoholismo. La edad promedio del inicio del consumo de alcohol y tabaco fue de 13 a 15 años de edad con el 31,1% y el 55,5% respectivamente y, del consumo de bebidas energizantes de 11 a 14 años de edad con un 82,1%. El 63,5% entre hombres y mujeres no consumen ningún tipo de sustancias psicoactivas. (4)

Existen factores individuales, familiares y sociales que contribuyen al inicio del consumo de estas sustancias. Incidencia de factores familiares: El 49,7% de los estudiantes vive con sus padres, el 31,8% solo con la madre y el 11,3% con abuelos, por lo que se puede determinar que existe desintegración familiar lo que conlleva a un factor de riesgo para el consumo. La emigración es otro de los factores presentes en nuestro estudio debido a que el 19,2% de los padres quien han emigrado y el 12,6% corresponde a padre y madre quienes han abandonado los hogares dejando a sus hijos a cargo de otras personas. Otro factor presente es el consumo intrafamiliar entre padres, abuelos, tíos y hermanos representando el 76,1% y 71,7% entre el consumo de alcohol y tabaco. (4)

Universidad Nacional de Colombia, Leticia Marcela Silva Polanía. Bebidas energizantes: composición química y efectos sobre el organismo humano. Revista Española de Nutrición Humana y Dietética, Conocimientos sobre las bebidas energéticas: una experiencia educativa con estudiantes de secundaria básica de Barcelona, España Violeida Sánchez-Socarrása, Meritxell Blancob, Carme Boschc, Cristina Vaqué. 2016
Discusión: La necesidad de educar a los jóvenes y adolescentes respecto a las propiedades de las bebidas energéticas y a los posibles de su consumo para la salud, es un reclamo actual de algunas instituciones y profesionales sanitarios^{1,10}. Se puso de manifiesto en las respuestas al cuestionario pre-intervención, que mostró el

desconocimiento de los estudiantes acerca de algunas de las características y propiedades de estas sustancias, así como de sus posibles efectos negativos para la salud. Mientras que los resultados de la encuesta posintervención apuntan a una elevación en nivel de conocimientos, reforzando la validez de la intervención realizada como una opción de EpS en este colectivo. (5)

La Revista de Ciencias de la Salud diciembre 2017 Vol.4 No.13 14-21, TORIBIO-GALLARDO, Yesenia †, VERA-LOPEZ, Obdulia*, NAVARRO-CRUZ, Addi Rhode, y AGUILAR-ALONSO, Patricia. Conocimiento sobre las bebidas energizantes y frecuencia de consumo en una población de estudiantes universitarios. Conclusión: La mayoría de la población encuestada (91.42%), consume bebidas energéticas de vez en cuando y lo hace porque le agradan estas bebidas. El consumo de este tipo de bebidas es mayor en el área de Ciencias exactas, refiriendo que es por la mayor presión que presentan en sus estudios. A pesar de que la mayoría de los estudiantes refiere conocer el contenido peligroso de los llamados cocteles explosivos, desconoce las consecuencias de su consumo. El consumo de bebidas se incrementa a medida que los estudiantes avanzan en sus estudios, empezando a disminuir este consumo hacia los últimos dos años de su carrera. La alta proporción de encuestados que manifestó consumir bebidas energizantes, y eventualmente su mezcla con bebidas alcohólicas, determinan la prioridad de establecer estrategias de comunicación de riesgos, para reducir el consumo de alto riesgo y evitar situaciones que puedan poner en riesgo la salud. (6)

TreisyYenifers Cespedes Huillca y Alexandra Esthefanny Ramos Castañeda, de la Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo Realizaron un estudio sobre

características del consumo de bebidas energizantes por los estudiantes de enfermería de una universidad privada, Chiclayo– 2018 llegando a las siguientes conclusiones; 1. Las características del consumo de bebidas energizantes en estudiantes de Enfermería muestra que la edad promedio de consumo de bebidas energéticas es entre los 18 a 20 años, que tiene mucha relación con la edad que empieza su vida Universitaria 2. Los motivos por la cuales consumen estas bebidas son para mantenerse activo (89.4%) y para mejorar su rendimiento académico (15.3%). Las ocasiones que se dan para su consumo es en época de exámenes (61.1%) y si tienen que presentar trabajos al día siguiente (17.1%). Sus marcas preferidas se encuentran entre Volt (74.1%) y Red Bull (51.9%). La frecuencia de su consumo se da al menos 1 vez al mes (56.5%); los lugares donde adquieren de estas bebidas son en tiendas (49.1%) y cafetería USAT (5.1%). 3. Los efectos percibidos en los estudiantes de Enfermería, se tiene que el 51.4% manifiesta no tener conocimiento sobre los efectos de las bebidas energizantes, mientras que el 57.4% no conoce acerca de los componentes de dichas bebidas. Y el 93.5% refiere a ver percibido algún efecto como: disminución del sueño (66.2%), ansiedad (49.1%), insomnio (40.7%). (7)

María Claudia Fon Tejada de la Universidad Privada Antenor Orrego realizaron un estudio sobre consumo de bebidas energizantes como factor asociado a la corta duración de sueño en estudiantes universitarios, llegando a las siguientes conclusiones el consumo de café antes de dormir, el conflicto emocional, la siesta mayor a dos horas en las tardes, la depresión, la ansiedad y el estrés se asociaron con la corta duración del sueño. En análisis bivariado se estableció que una menor duración de horas de sueño, el consumo de bebidas durante el día y la noche se asociaron con la corta duración del sueño. Al

realizar el análisis multivariado confirma que la siesta mayor a dos horas en las tardes, el consumo de bebidas tanto de día como de noche, el estrés y la ansiedad representan factores de riesgo. (8)

Jorge Iván Bazan-Olayaa, Jesús Manuel Campos-Pastelina, Nelly Victoria Gutiérrez-Moguella, Lucio González-Montiela publicaron un artículo sobre Frecuencia y Razones de Consumo de Bebidas Energéticas en Jóvenes Universitarios llegando a la siguiente conclusión: Con un nivel de confianza del 95% y una precisión del 5%, se determinó que la frecuencia y el consumo de bebidas energéticas fue menor a lo que presentan alumnos de universidades de países desarrollados. La bebida energética de mayor consumo es la marca Vive 100, principalmente por el precio y de fácil acceso; un bajo porcentaje de los encuestados reportó tener efectos adversos tras su consumo, siendo las palpitaciones el malestar más común. Es importante tener mejores regulaciones para la comercialización de bebidas energéticas, para hacer más seguro su consumo o cambiar aquellas ideas erróneas que tienen estudiantes universitarios sobre los componentes de bebidas energéticas, así como los efectos secundarios que se pueden presentar por consumirlas en exceso. (9)

B. NACIONALES

Luis Alfredo Alonso Mendoza, Anielka Gioconda Pineda Duarte de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN-LEON realizaron un estudio sobre consumo de psicoestimulantes para aumentar el rendimiento en el autoestudio, estudiantes de II-VI año carrera de Medicina UNAN-León, septiembre del 2013. Llegando a la conclusión referente a características sociodemográficas: El promedio de edad es de 22 años, predominando el sexo femenino, la mayoría solteros y la religión que mayoritariamente

profesan es la católica. Existe la práctica y hábito de consumir psicoestimulantes en los estudiantes del II-VI año de la carrera de medicina. La prevalencia del uso de psicoestimulantes en los estudiantes de medicina es alta, siendo los primeros años de la carrera (II y III año) los que más los consumen. El patrón de consumo de los psicoestimulantes, los más usados son las sustancias como el café y la gaseosa, seguidos de bebidas energéticas: Los fármacos psicoestimulantes los más usados en orden de frecuencia son la súper tiamina, Metilfenidato y comprimidos de cafeína. Según la frecuencia en el patrón de consumo, algunos psicoestimulantes son consumidos diariamente; de estos las sustancias más frecuentes son: café, gaseosas, bebidas energéticas. De los fármacos usados más frecuentes son: Metilfenidato, y comprimidos de cafeína. Existe una percepción de riesgo no identificada por la mayoría de los estudiantes que consumen psicoestimulantes, aunque refieren que para ellos es indispensables recurrir a estos para rendir académicamente; y refieren así mismo que en varias ocasiones tienen que aumentar la dosis para lograr el efecto deseado. Solamente un 9% de estudiantes refieren que abusan, y un 5% perciben ser dependientes al uso de psicoestimulantes. a pesar que la prevalencia de su uso es alta. (10)

III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

¿Cuáles son los conocimientos, actitudes y practicas sobre el consumo de bebidas energéticas en estudiantes de la carrera de medicina y cirugía de UNIDES-Sede Matagalpa en el segundo cuatrimestre del 2021?

IV. JUSTIFICACIÓN.

La presente investigación tiene como objetivo determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de la carrera de Medicina y Cirugía de UNIDES-Sede Matagalpa, dada la creciente preocupación de la comunidad científica y del público respecto a los potenciales efectos para la salud ante el abuso de este tipo de bebidas ocasionada en parte por el desconocimiento de la población sobre las cantidades recomendadas y las indicaciones de su consumo y correctos usos del producto.

Consideramos que la importancia de esta investigación se enfoca en el impacto socio-cultural que tendrá tanto en el ámbito médico como en la sociedad en general, debido a que actualmente se carecen estudios de esta índole en nuestro país, por lo cual justificamos la ausencia de antecedentes locales y la escasez de antecedentes nacionales.

Esta investigación aportará a la comunidad médica conocimientos y resultados que podrían dar respuesta en este ámbito muy poco explorado en nuestro país, a pesar que el consumo de estas bebidas ha ido en aumento y que son populares en jóvenes y adultos en los últimos años, identificándolo como un posible problema de salud pública que no solo afecta a la población en estudio sino a la sociedad en general debido a los efectos secundarios en el organismo.

Presentemente se carece de información tanto a nivel local como nacional, esta investigación pretende dar posibles soluciones y recomendaciones respecto al uso y

abuso de las bebidas energéticas, concientizando a la sociedad para disminuir la administración de estos productos.

Se obtendrán nuevos datos y los resultados obtenidos servirán de base y antecedente para futuras investigaciones beneficiando tanto a las instituciones que se preocupen por la salud de los consumidores, como también para estudiantes, profesores, universidades y profesionales por medio de la investigación científica.

V. OBJETIVOS.

A. OBJETIVO GENERAL

Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de la carrera de medicina y cirugía de UNIDES-Sede Matagalpa durante el segundo cuatrimestre del 2021.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Caracterizar los aspectos sociodemográficos en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.
2. Evaluar los conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.
3. Identificar las actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.
4. Describir las practicas sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

VI. MARCO TEÓRICO.

El origen de las bebidas que hoy se comercializan como “Bebidas con cafeína y taurina” y otras denominaciones data de los años ochenta, cuando se dieron a conocer como bebidas energizantes, utilizadas por deportistas, porque supuestamente incrementaban la resistencia física, atributo por el que su consumo se extendió para todo tipo de personas, especialmente para los jóvenes, que buscaban incrementar su rendimiento durante largas jornadas de trabajo o de fiesta; muchas veces, combinándolas con el alcohol. La verdad es que, por su formulación, además de los carbohidratos generalmente provenientes del azúcar, no proveen una carga de energía significativa; en todo caso sí son estimulantes por su contenido de cafeína y otros ingredientes. (11)

Las bebidas energéticas han establecido una posición viable en el mercado de bebidas como lo demuestra su consumo habitual en la mañana, la tarde y la noche, no solo por el consumidor en general, sino también por los de 18 a 34 años en particular (12)

Bebida energética: Como su mismo nombre indica, una bebida energizante es aquella que tiene la finalidad de proporcionar una sensación de mayor vitalidad y energía. Contienen un alto contenido de azúcar, así como cafeína, taurina y L-carnitina. Con un contenido elevado de cafeína 32 mg / 100ml. Todos estos ingredientes mezclados tienen el objetivo de incrementar los niveles de alerta en el sistema nervioso. A pesar de ello, la combinación de estos ingredientes sobre el organismo no tiene un efecto superior a la de una simple taza de café. (13)

Si se consumen en grandes cantidades estas bebidas pueden producir problemas cognitivos a largo plazo, así como problemas cardíacos, alteraciones hepáticas o

convulsiones. Debido a ello, en algunos países las bebidas energizantes han sido prohibidas. (13)

Algunos estudiantes y personas que trabajan largas jornadas consumen estas bebidas para sentirse mejor, pero según ciertos estudios científicos los riesgos para la salud son evidentes. (13)

Bebidas energizantes naturales

Ciertas bebidas completamente naturales producen una reactivación del organismo y no tienen ningún efecto secundario. Así, el licuado de mango y banana es un combinado con mucha fibra y vitaminas y esto favorece la recuperación muscular y ayuda al estado de ánimo. El licuado de hortalizas de hoja verde es una bebida con antioxidantes, los cuales ayudan a combatir el estrés, el cansancio mental y el agotamiento físico. (13)

Composición

Los principales de las bebidas energizantes son:

Glúcidos: los que se utilizan más comúnmente son sacarosa, glucosa, glucoronolactona, fructuosa sola o combinada. La glucoronolactona es un glúcido derivado de la glucosa, tiene un papel de intermediario a nivel metabólico y es constituyente natural de la mayoría de los tejidos fibrosos y conectivos en los organismos animales. (14)

Aminoácidos: generalmente se usa la taurina. Se la clasifica como un aminoácido condicionante en adultos, debido a la evidencia que indica que un estrés severo como ejercicios físicos rigurosos disminuye su reserva física. Participa en varios procesos fisiológicos, como síntesis de ácidos biliares, osmorregulación, desintoxicación,

estabilización de las membranas celulares, homeostasis del calcio y como antioxidante. No se ha demostrado toxicidad ni efectos ni efectos secundarios en altas dosis. (14)

Colina: es un nutriente esencial para el funcionamiento cardiovascular y cerebral. Forma parte de la acetilcolina(neurotransmisor) y de la fosfatidilcolina (integrante de las membranas plasmáticas de todas las células). (14)

Efectos adversos de las bebidas energizantes

Existen cada vez más reportes sobre intoxicación aguda con cafeína por uso de bebidas energizantes, así como problemas de dependencia y abstinencia. En adolescentes no habituados a su consumo, la vulnerabilidad a la intoxicación puede ser mayor debido a la falta de desarrollo de tolerancia farmacológica. Factores genéticos podrían contribuir a esta vulnerabilidad individual. (14)

El consumo de cafeína puede tener efectos adversos para la salud, sobre todo a dosis altas. Promueve a diuresis y natriuresis. El consumo agudo reduce la sensibilidad insulínica y eleva la tensión arterial. El consumo elevado se asocia con cefalea crónica sobre todo en mujeres jóvenes. Los efectos adversos más frecuentes de la cafeína son palpitaciones, taquicardia, molestias gástricas, temblor, nerviosismo e insomnio. Dosis elevadas pueden provocar intensa ansiedad, miedo y crisis de angustia. Estos efectos son variables de acuerdo a los distintos grados de tolerancia de cada individuo. (14)

Varios estudios sugieren que las bebidas energizantes pueden condicionar otras formas de droga dependencia. El mercado de adultos promueve una respuesta de aceleración, descontrol y mayor rendimiento solo con fines de lucro. El consumo frecuente de bebidas energizantes se ha vinculado entre los jóvenes con la adherencia a un patrón de conducta

expresado en la toma de riesgos, mayor rendimiento físico y la “hipermasculinidad”. Este tipo de personalidad se asocia con abuso de alcohol, situaciones sexuales riesgosas, delincuencia y violencia interpersonal, por lo que el abuso del consumo de bebidas energizantes puede generar alteraciones en la conducta que signifiquen un riesgo para la salud. (14)

Características sociodemográficas

Características sociodemográficas: Son el conjunto de características biológicas, socioeconomicoculturales que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que puedan ser medibles. (15)

Edad: Tiempo que ha vivido una persona, animales o vegetales. Duración de algunas cosas y entidades abstractas. (16)

Etnia: Comunidad humana definida por afinidades raciales, lingüísticas, culturales etc. (16)

Procedencia: Origen, principio de donde nace o se deriva de algo. (16)

Religión: Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y sacrificio para darte culto. (16)

Sexo: Condición orgánica, masculina o femenina de los animales y las plantas. Conjunto de seres pertenecientes un mismo sexo. Sexo masculino y femenino. (16)

Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas.

Resulta sumamente complicado definir el conocimiento o establecer sus límites conceptuales. La mayoría de las aproximaciones a qué cosa es, dependen siempre de la perspectiva filosófica y teórica que uno posea, dado que existen conocimientos relacionados a todas las ramas del saber humano, y también a todas las áreas de la experiencia. (17)

Comúnmente, entendemos por conocimiento al proceso mental, cultural e incluso emocional, a través del cual se refleja y reproduce la realidad en el pensamiento, a partir de diversos tipos de experiencias, razonamientos y aprendizajes. (17)

Las estrategias de marketing para la comercialización de las bebidas energéticas en todos los países se basan en los supuestos beneficios de los efectos estimulantes y gran parte de la popularidad que han alcanzado se debe precisamente a esas ventajas comercialmente atribuidas, pero científicamente no demostradas. Se dice que han sido concebidas para propiciar el aumento de la resistencia física, la obtención de reacciones más veloces, el mantenimiento del estado de vigilia y del estado de ánimo, la mejora de la concentración, el aumento de la resistencia, un mayor estado de alerta mental, un mayor rendimiento, la disminución del cansancio y la fatiga mental, etc.¹; cualidades que buscan atraer a los jóvenes, de ahí que su consumo se haya extendido a diversos ámbitos y situaciones cotidianas de la vida de éstos. . (1)

Medios Publicitarios

Las empresas que lo comercializan no utilizan estrategias de marketing tradicionales (como publicidad en televisión, radio, revistas, o en la vía pública) sino que buscan su difusión persona a persona a través de eventos, auspiciando deportes extremos, recurriendo a publicidad vía internet o mensajes de texto, y a través de la comunicación entre usuarios en sitios como MySpace y Facebook. (14)

Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas.

La actitud es un procedimiento que conduce a un comportamiento en particular. Es la realización de una intención o propósito. La psicología, la actitud es el comportamiento habitual que se produce en diferentes circunstancias. Las actitudes determinan la vida anímica de cada individuo. Las actitudes están patentadas por las reacciones repetidas de una persona. Este término tiene una aplicación particular en el estudio del carácter, como indicación innata o adquirida, relativamente estable, para sentir y actuar de una manera determinada. (18)

La actitud es una disposición subyacente que, con otras influencias, contribuye para determinar una variedad de comportamientos en relación con un objeto o clase de objetos, y que incluye la afirmación de las convicciones y los sentimientos acerca de ella y sobre acciones de atracción o rechazo. (18)

Un grupo es el que se encuentra bastante motivado, y otro que lo hace con recelo o culpa. Dentro de los consumidores que sí se encuentran motivados para consumirlo, están los que afirman que tienen la costumbre o hábito de la compra como "rutina diaria". También están los que piensan que es la mejor combinación con una bebida alcohólica,

como el Whisky con Red Bull. Dentro de los consumidores que lo hacen con recelo o culpa, encontramos varios que se lo meditan porque perciben “que está mal”. A pesar de eso, manifiestan que realizan la acción de compra porque necesitan energizarse y saben que Red Bull les ofrece verdaderamente estos beneficios. Otra forma de involucramiento se da en el nivel de cansancio o de carencia de energía, es decir, si la carencia es muy elevada, no hay duda en el consumo de Red Bull, mientras que, si la necesidad es mediana o baja, el producto puede reemplazarse, por ejemplo “con una Coca Cola”. Además, el tipo de actividad para el que se tome el producto influye en el tiempo que se toma para la decisión de compra, dependiendo del hábito del consumidor. Por un lado, hay consumidores que asocian el producto con el estudio, entonces si necesita amanecerse para recuperar energía piensa instantáneamente en que lo que necesita es Red Bull, o al empezar la jornada de trabajo ven su carencia de energía y piensan automáticamente en un energizante. Otro proceso empieza en contra del aburrimiento, en un momento sin compañía con deseos de potenciar la capacidad creativa. Por ejemplo, la consumidora escritora manifestó que utilizaba Red Bull antes de ponerse a escribir. El consumidor hedonista se rige bajo un procesamiento instantáneo cuando se le antoja, porque le gusta el sabor, porque es parte de su rutina o porque está muy acostumbrado al consumo del producto y puede tomarlo en cualquier momento, que desee. Motivaciones o necesidades relevantes del Consumidor El Estado actual: Se refiera un estado neutro, sin estimulación. El consumidor por tanto buscará llegar a un estado deseado, caracterizado por sensaciones más estimulantes de acuerdo a sus necesidades. Estado deseado: El estado deseado es aquel de distensión, de sentirse con la libertad de “hacer lo que se les venga en gana” , por salir de la cotidianidad o tener la suficiente vitalidad para cumplir con sus obligaciones de forma creativa y eficiente. (19)

Prácticas sobre el consumo de bebidas energéticas.

La práctica se convierte en una acción regular que se lleva a cabo por diferentes objetivos. Uno puede ser mejorar y obtener un rendimiento cada vez superior por ejemplo cuando se habla de la práctica del ajedrez, de algún deporte, del estudio, de la cocina, etc. En este sentido la práctica es entendido como el acto de realizar algo de manera regular que supone la posible obtención de buenos resultados en el desempeño. Por otro lado, la palabra practica es comúnmente utilizada en el ámbito de la medicina para hacer referencia a las distintas áreas como por ejemplo la práctica de la anestesiología de la traumatología. El termino también puede ser entendido como un adjetivo. De este modo se considera que algo es practico cuando es útil y positivo, puede llevar beneficios para quien lo lleve a cabo. (20)

Supuestas razones para consumirlos

Son bebidas que gozan de una alta popularidad y publicidad por sus propiedades estimulantes y las características de inocuidad que se les atribuyen. La población que las consume es variada, lo hacen atletas, estudiantes y ejecutivos durante la actividad física o en general cualquier persona que busque aumentar sus niveles de energía, evitar el sueño e incluso disminuir el apetito y reducir de peso, sin importar edad, condición física o estado de salud. (21)

Los motivos más frecuentes referidos son: para estudiar, para tener energía, para manejar un vehículo por un periodo de tiempo prolongado, para mantenerse despierto en

las noches, para maximizar el rendimiento y anular la fatiga en las competencias deportivas. (22)

Estas bebidas son muy populares fundamentalmente en tres circunstancias.

La primera y quizá la más estudiada tiene que ver con su consumo combinado con bebidas alcohólicas. Este es un fenómeno normalizado hoy en día y que está ganando fuerza progresivamente entre la población joven, quien se ve impulsada a su consumo debido a una serie de ventajas percibidas, como podría ser una disminución del estado subjetivo de embriaguez, un aumento de la energía y la vitalidad, un sabor mejorado y una mayor intoxicación y sociabilidad (1)

La segunda tiene que ver con la práctica deportiva y también está suscitando el interés de numerosos investigadores. En este ámbito los jóvenes consumen bebidas energéticas (en su forma tradicional o en forma de “energishots”) cada vez con mayor frecuencia con el fin de reponer la energía perdida, conseguir un aporte extra de energía y mejorar su rendimiento²¹, de hecho, muchas veces son denominadas erróneamente “bebidas deportivas” por ser tomadas en este contexto y porque promocionan muchos eventos deportivos. (1)

La tercera y que tiene que ver con el tema de esta investigación está relacionada con el consumo de las bebidas energéticas en el ámbito académico, es decir, con la intención de lograr una mejora del rendimiento mental, una disminución del cansancio que posibilite una mayor disponibilidad horaria y, por tanto, un mejor afrontamiento del estrés que suponen las exigencias académicas. (1)

VI. METODOLOGICO.

A. **Tipo de estudio:** Descriptivo, de corte transversal.

B. **Área de estudio:** Esta investigación se realizará en la Universidad Internacional Para El Desarrollo Sostenible UNIDES Sede Matagalpa.

C. **Universo:** Estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Internacional Para El Desarrollo Sostenible UNIDES Sede Matagalpa.

D. **Muestra:** 59

E. **Tipo de muestra:** probabilístico, aleatorio simple.

F. Criterios de inclusión:

- a. Estudiantes de la universidad internacional para el desarrollo sostenible.
- b. Estudiantes de la carrera de medicina.
- c. Estudiantes de la sede Matagalpa.
- d. Estudiantes de consuman bebidas energéticas.
- e. Estudiantes que acepten participar en el estudio.

G. Criterios de exclusión:

- a. Estudiantes que no pertenezcan a la universidad internacional para el desarrollo sostenible.
- b. Estudiantes que no cursan la carrera de medicina.

c. Estudiantes que no consuman bebidas energéticas.

d. Estudiantes que no acepten participar en el estudio.

H. **Técnica de Instrumento de recolección de la información:** se diseñará instrumento de recolección de información (encuesta) para medir los conocimientos, actitudes y prácticas de los estudiantes de la carrera de medicina de la universidad internacional para el desarrollo sostenible UNIDES sede Matagalpa.

I. **Validación del instrumento:** Se aplicará el instrumento de recolección de información a 10 sujetos de estudio.

J. **Procesamiento de la información:** Mediante la utilización del paquete estadístico SPSS Versión 25.0 de IBM

K. **Aspectos éticos:** Por medio del consentimiento informado de la población a estudio se garantizará la confidencialidad de datos e identidad.

L. Variables

OE1: Características sociodemográficas

1. Edad
2. Escolaridad
3. Etnia
4. Procedencia
5. Religión
6. Sexo

OE2: Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas.

1. Bebida energética
2. Supuestos beneficios de las bebidas
3. Causas por las que se ingieren
4. Medios publicitarios

5. Efectos a la salud en diferentes sistemas

OE3: Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas

1. Actitud frente a las bebidas energéticas
2. Combinación de bebida
3. Razones para comprarla
4. Actividad requerida para ingesta

OE4: Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas

1. Supuestas razones para consumirlas
2. Consumo combinado con bebidas alcohólicas
3. Supuestas ventajas de combinar con alcohol
4. Práctica deportiva
5. Practica a nivel académico

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

OE1: Caracterizar los aspectos sociodemográficos en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

N°	VARIABLE	DEFINICION	INDICADOR	ESCALA	VALOR
1	Edad	Tiempo que ha vivido una persona, animales o vegetales.	Tiempo de vida	Nominal	<14 15-17 18-20 21-24 >25
2	Etnia	Comunidad humana definida por afinidades raciales, lingüísticas, culturales, etc.	Comunidad humana	Nominal	Mestizo Miskito Mayangna Creole
4	Procedencia	Origen, principio de donde nace o se deriva algo.	Origen	Nominal	Rural Urbano
5	Religión	Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y sacrificio para darle culto.	Creencia	Nominal	Adventista Católico Evangélico Mormón Testigo de Jehová
6	Sexo	El "Sexo" se refiere a las características biológicas y fisiológicas que definen al hombre y a la mujer	Condición orgánica	Nominal	Femenino Masculino

OE2. Evaluar los conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

N°	VARIABLE	DEFINICION	INDICADOR	ESCALA	VALOR
1	Bebida energética	Bebida funcional que contiene principalmente agua, azúcar , cafeína , taurina. Con un contenido elevado de cafeína 32 mg / 100ml	Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
2	Beneficios	Conoce los supuestos beneficios de la bebida energética	Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
3	Causas	Conoce las causas por que se ingieren	Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
4	Medios publicitarios	Conoce los medios publicitarios que la promueven	Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
5	Efectos a la salud	Conoce los efectos a la salud	Conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No

OE3. 3 Identificar las actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

N°	VARIABLE	DEFINICION	INDICADOR	ESCALA	VALOR
1	Bebida energética	Disposición frente a la ingesta de bebidas energéticas, entendiendo por disposición, según la RAE, a la adecuación para algún fin.	Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Activa Indiferente
2	Combinación	Disposición para combinar bebidas energéticas, entendiendo por disposición, según la RAE, a la adecuación para algún fin.	Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Activa Indiferente
3	Compra del producto	Disposición para comprar las bebidas energéticas, entendiendo por disposición, según la RAE, a la adecuación para algún fin.	Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Activa Indiferente

4	Actividad	Deposición de actividad requerida para la ingesta	Actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Activa Indiferente
---	-----------	---	---	---------	-----------------------

OE4. Describir las practicas sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio

N°	VARIABLE	DEFINICION	INDICADOR	ESCALA	VALOR
1	Razones de consumo	Practica la ingesta por razones determinadas	Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Estudiar Energía Manejar Vigilia Rendimiento Anulación de la fatiga
2	Consumo combinado	Practica el consumo combinado con alcohol	Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
3	Supuestas ventajas	Combina con alcohol por supuestas ventajas	Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
4	Práctica deportiva	Consume por práctica deportiva	Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No
5	Nivel académico	Consume por rendimiento académico	Practicas sobre el consumo de bebidas energéticas	Nominal	Si No

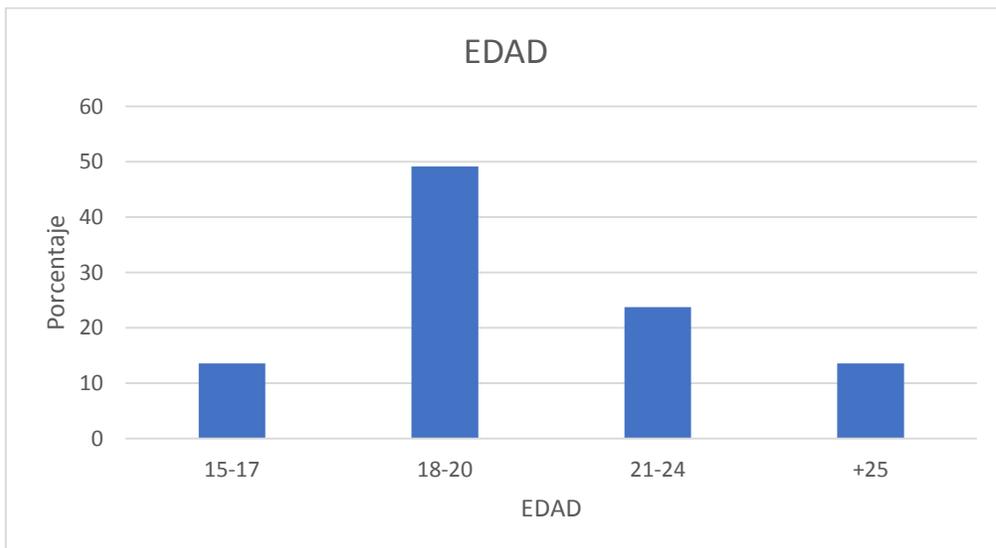
VII. RESULTADOS.

Se procesaron un total de 59 instrumentos válidos en el programa estadístico SPSS versión 25, obteniendo los siguientes resultados.

OE. 1: Caracterizar los aspectos sociodemográficos en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

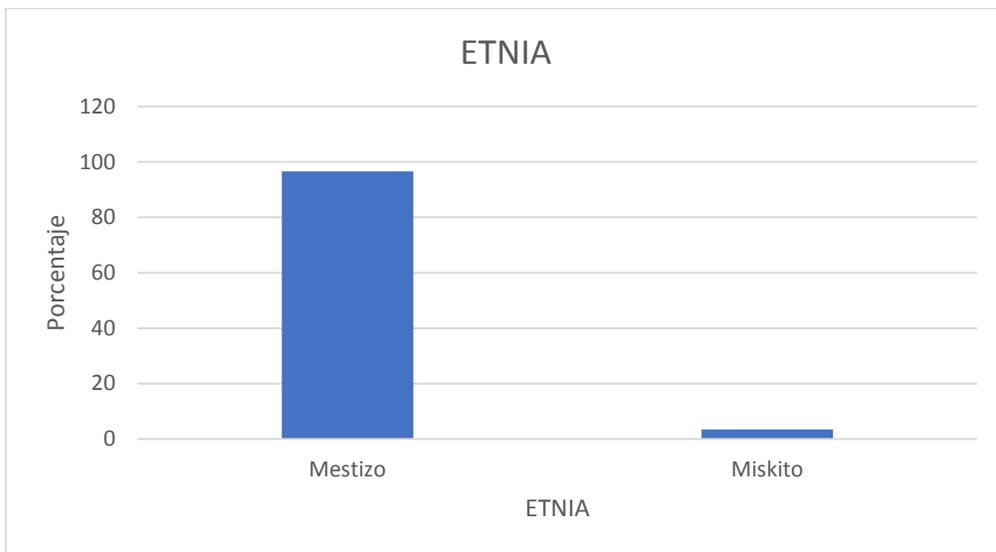
- 1.1. **Edad:** El rango de edad predominante de los participantes de la encuesta, fue de 18-20 años, los cuales representaron un total de 49.2% del 100% total, seguido por un 23.7% que comprendió edades entre 21-24 años, finalmente se encontró en igual porcentaje de 13.6% a los estudiantes comprendidos en edades de 15-17 y de mayores de 25 años.

		EDAD	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	15-17	8	13,6
	18-20	29	49,2
	21-24	14	23,7
	+25	8	13,6
	Total	59	100,0



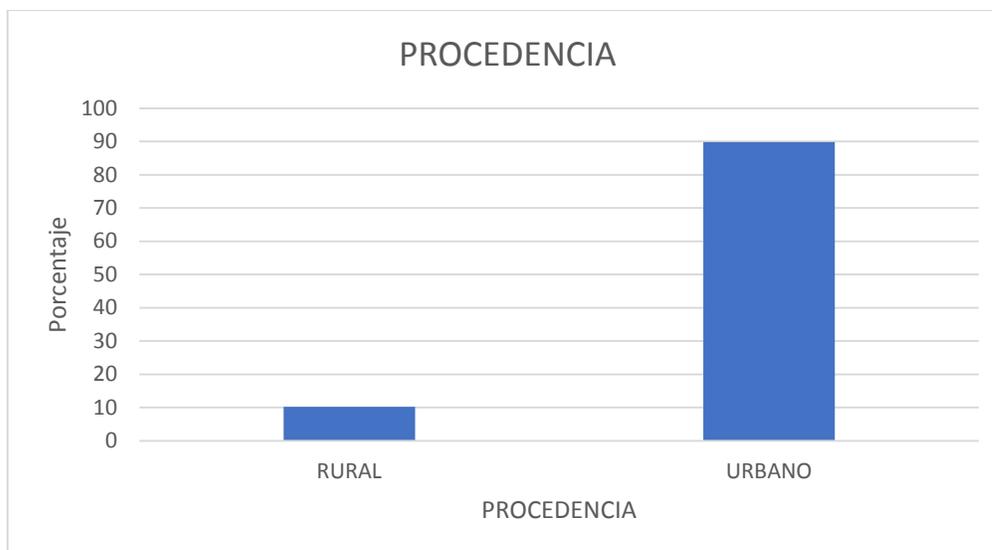
- 1.2. **Etnia:** Respecto a la etnia de los participantes del estudio, el 96.6% refirieron ser mestizos y solo un 3.4% aseveró ser Miskito. No hubo ninguna referencia otro tipo de etnias.

		ETNIA	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Mestizo	57	96,6
	Miskito	2	3,4
	Total	59	100,0



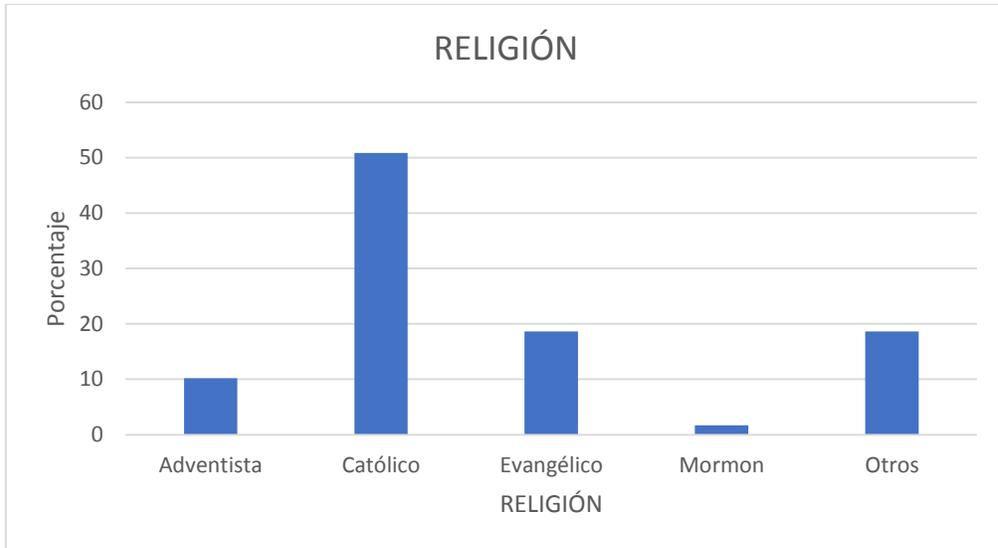
- 1.3. **Procedencia:** La procedencia de los participantes fue predominantemente urbana, con un porcentaje de 89.9%, contra uno de 10.2% rural.

		PROCEDENCIA	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	RURAL	6	10,2
	URBANO	53	89,8
	Total	59	100,0



1.4. Religión: El 50.8% del total de participantes de este estudio, aseveró ser de religión católica siendo el más alto, seguido por un 18.6% de religión evangélica, estando esta última en igual porcentaje con los casos que refirieron pertenecer a otra religión; se encontraron 10.2% de adventistas y solo un 1.7% mormón.

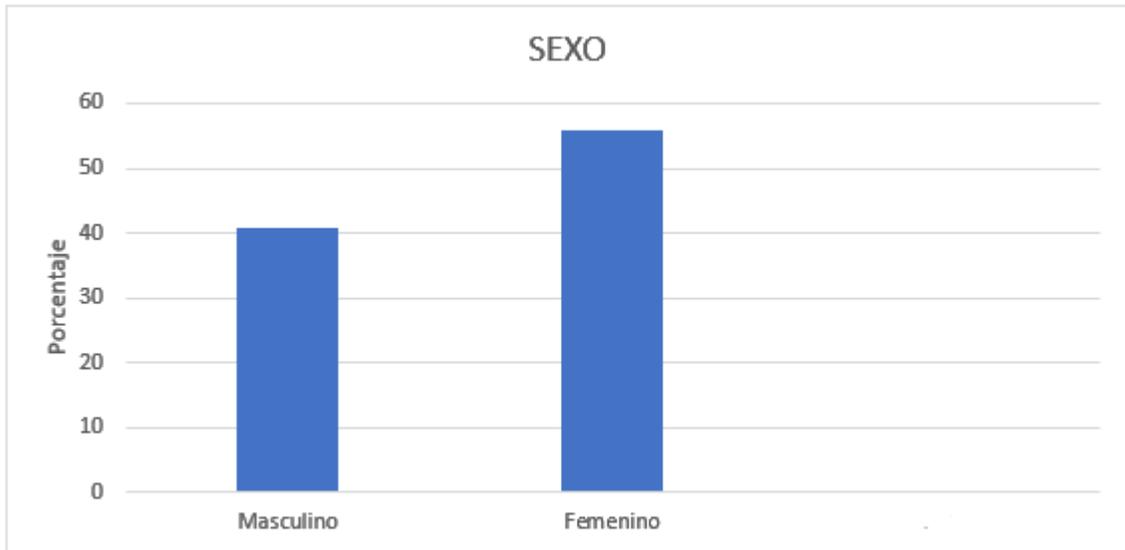
		RELIGIÓN	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Adventista	6	10,2
	Católico	30	50,8
	Evangélico	11	18,6
	Mormon	1	1,7
	Otros	11	18,6
	Total	59	100,0



1.5. Sexo: Esta variable fue medida en relación al sexo biológico de los participantes, siendo la mayoría femeninas con un 55.9% contra un porcentaje de 40.7% de varones. Un 3.4% de los encuestados no dio respuesta a dicha pregunta.

SEXO

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Masculino	24	40,7
	Femenino	33	55,9
	NR	2	3,4
	Total	59	100,0

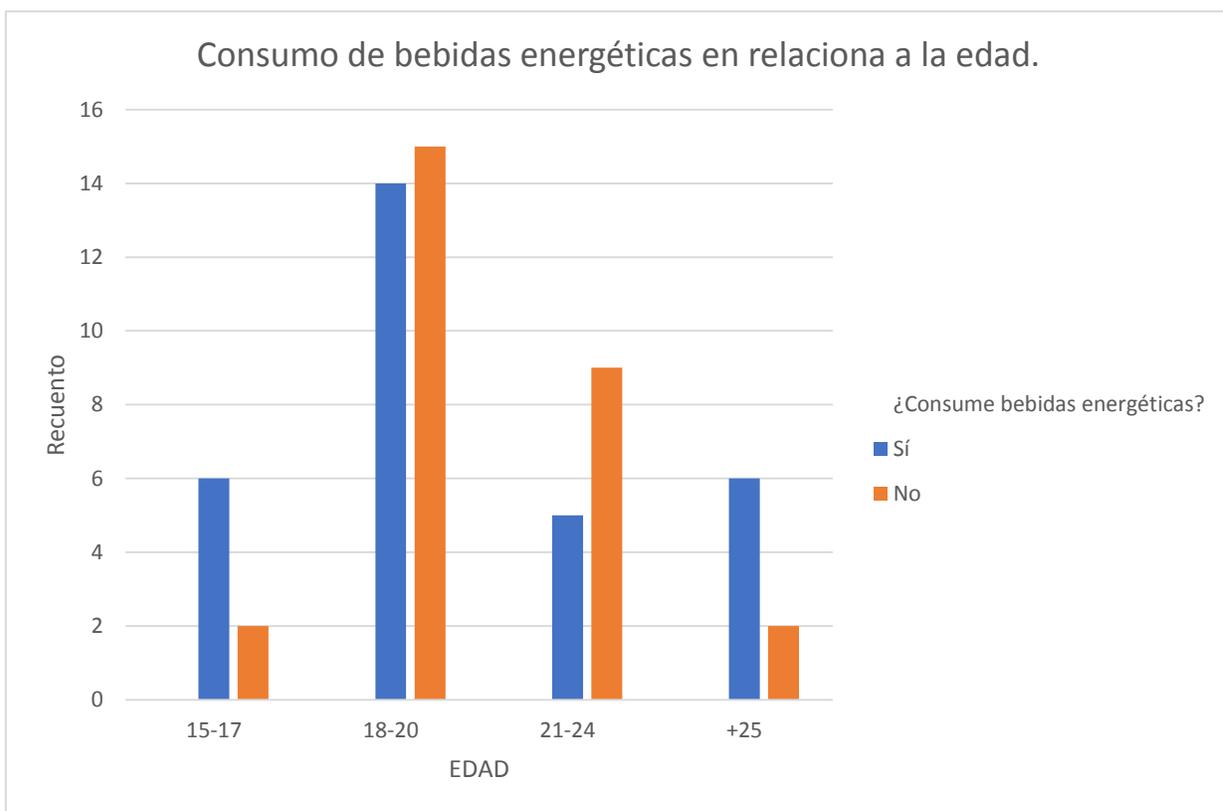
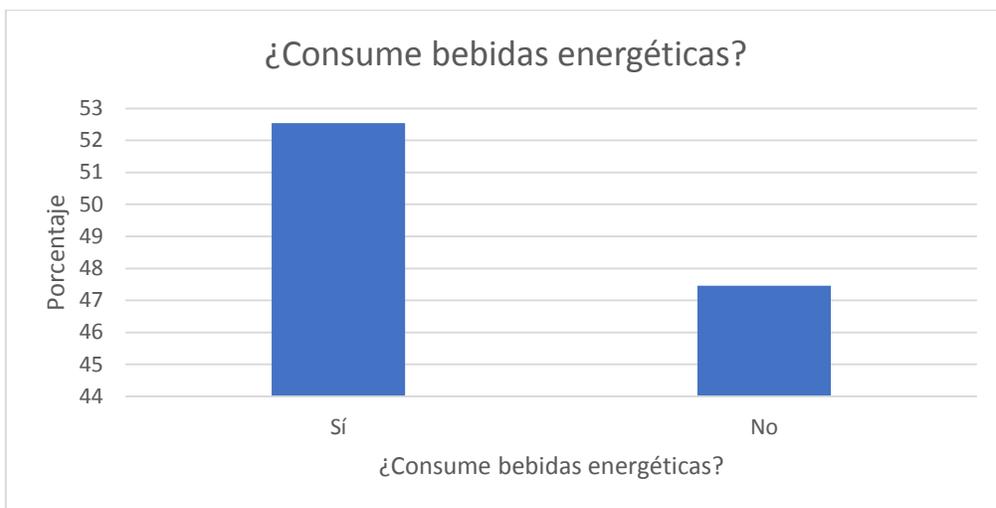


OE. 2: Evaluar los conocimientos sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

2.1. Consumo de bebidas energéticas: Se les consultó a los estudiantes si consumían bebidas energéticas, encontrándose que el 52.5% sí las consume y un 47.5% no lo hace. Los intervalos de edades en relación al consumo, se encontró que el 23.73% de los consumidores se encuentra en el rango de edades entre los 18 a 20 años, seguido por un porcentaje igual de 10.17% tanto para los intervalos de edades entre 15 a 17 y más de 25 años, el rango menos referido respecto al consumo, con 8.47%, fue el de 21 a 24 años.

¿Consume bebidas energéticas?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	31	52,5
	No	28	47,5
	Total	59	100,0



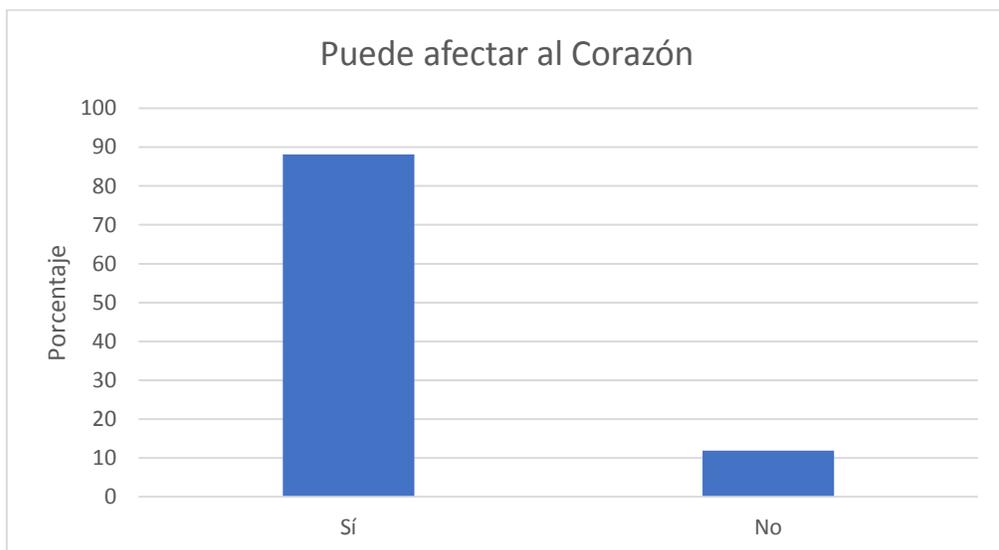
2.2. Sobre órganos que pueden verse afectados por el uso de bebidas energizantes: En la evaluación de conocimientos se consultó si los estudiantes si

sabían de órganos que se pudieran afectar por el uso de bebidas energéticas. Se establecieron varias opciones como: corazón, riñón, cerebro y otros.

2.2.1. Afectación al corazón: El 88.1% de los participantes aseveró saber que se puede afectar el corazón por consumo de bebidas energizantes, el 11.9% no lo refirió.

Puede Afectar al Corazón

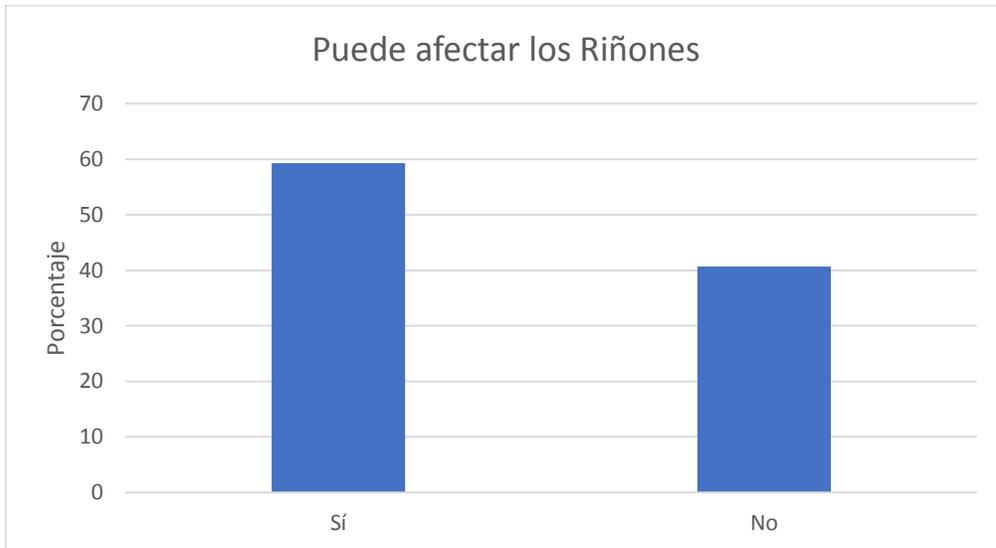
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	52	88,1
	No	7	11,9
	Total	59	100,0



2.2.2. Afectación a los riñones: El 59.3% de los encuestados reconoció que se puede afectar el riñón a causa de bebidas energizantes, el 40.7% no lo hizo.

Puede afectar los Riñones

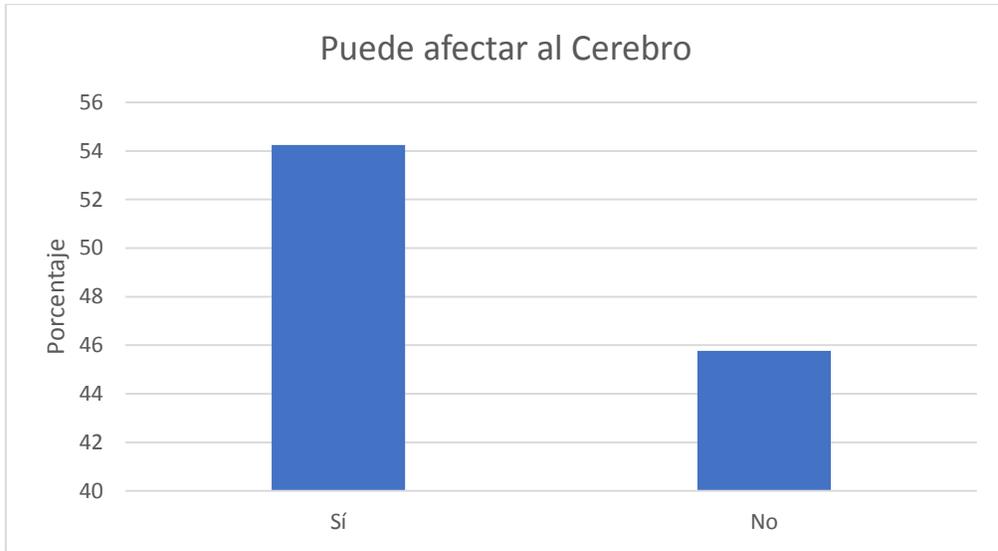
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	35	59,3
	No	24	40,7
	Total	59	100,0



2.2.3. Afectación al Cerebro: Sobre conocimiento de afectación al cerebro, 54.2% de los participantes afirmó saber que este órgano puede resultar afectado por uso de bebidas energéticas, el 45.8% no refirió saberlo.

Puede afectar al Cerebro

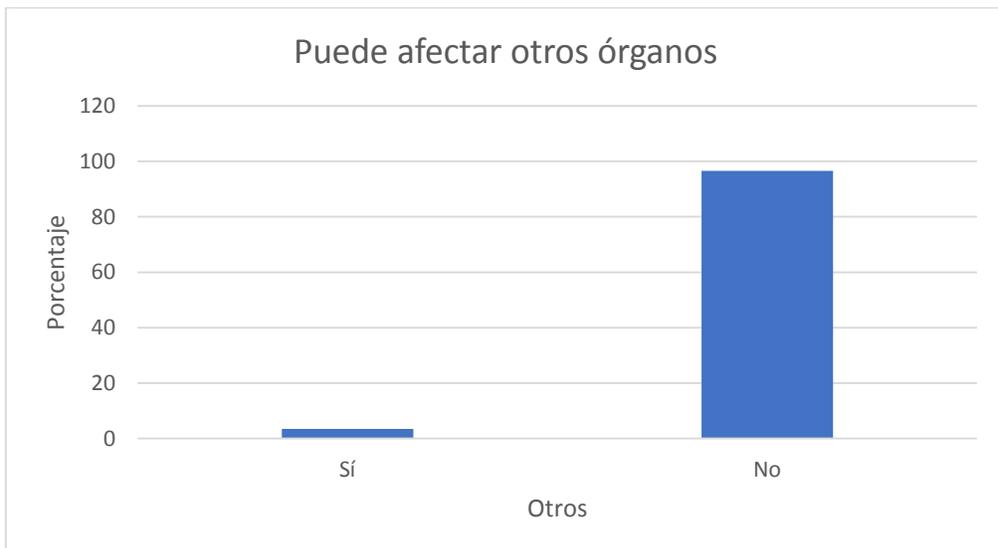
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	32	54,2
	No	27	45,8
	Total	59	100,0



2.2.4. Otros daños a la salud: Solo un 3.4% de los participantes en este estudio refirió saber que otros órganos pueden ser afectados relacionados con el consumo de bebidas energéticas, el 96.6% restante no refirió “otros” como una opción.

Puede afectar otros Órganos

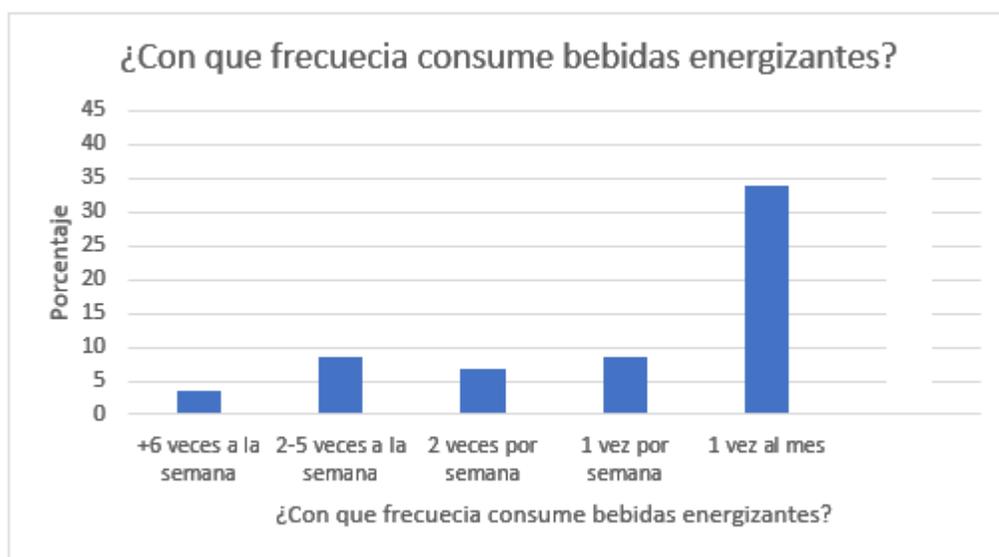
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	1	1,7
	No	58	98,3
	Total	59	100,0



2.3. Frecuencia de consumo de bebidas energizantes: Al indagar sobre la frecuencia con la que la población muestra de este estudio consume bebidas energizantes, se encontró que 39% no respondió a dicha pregunta, seguido por un 33.9% que refirió consumir dichas bebidas una vez por mes; en porcentajes menores a 5% se encontraron quienes aseveraron consumir con frecuencias que van desde una hasta más de 6 veces a la semana, tal como se muestra en la tabla a continuación.

¿Con que frecuencia consume bebidas energizantes?

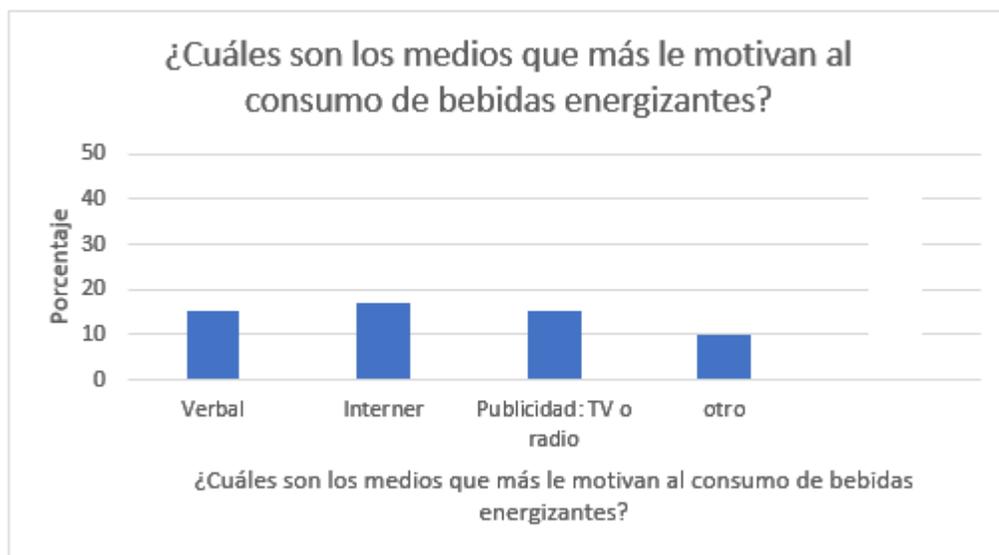
	Frecuencia	Porcentaje
Válido		
+6 veces a la semana	2	3,4
2-5 veces a la semana	5	8,5
2 veces por semana	4	6,8
1 vez por semana	5	8,5
1 vez al mes	20	33,9
NR	23	39,0
Total	59	100,0



2.4. Medios que más motivan al consumo de bebidas energizantes: Se encontró que los medios que más motivan al consumo de bebidas energizantes en la población encuestada, son internet con un 16.9% de respuestas, seguido de 15.3% para motivación por medio verbal y en mismo porcentaje se refirió que publicidad de televisión o radio, en tercer lugar, con un 10.2% de resultados se refirió como otros los medio que motivan al consumo. Un porcentaje de 42.4% de participantes se abstuvo de contestar a esta pregunta.

¿Cuáles son los medios que más le motivan al consumo de bebidas energizantes?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Verbal	9	15,3
	Interner	10	16,9
	Publicidad: TV o radio	9	15,3
	Otro	6	10,2
	NR	25	42,4
	Total	59	100,0

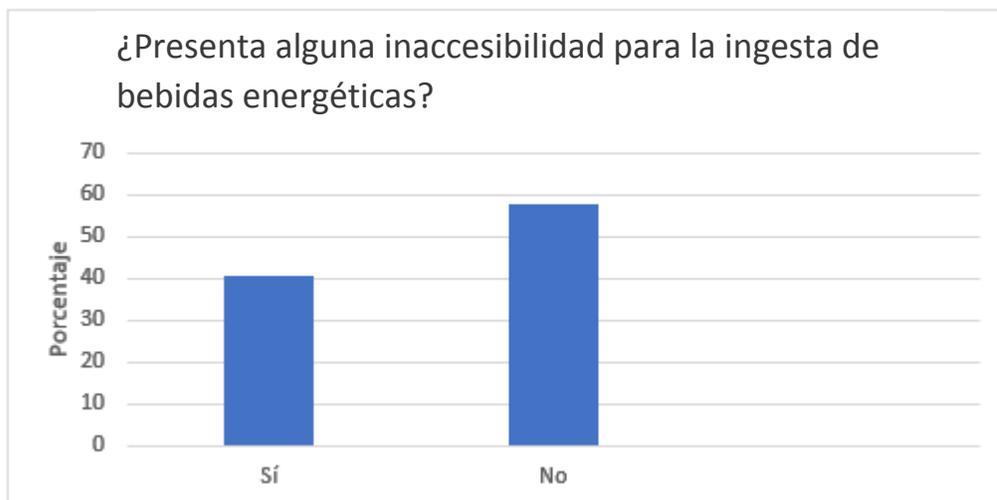


OE. 3: Identificar las actitudes sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

3.1. Presencia de inaccesibilidad para la ingesta de bebidas energéticas: La mayoría de los participantes en este estudio refirió no tener alguna indisposición respecto de las bebidas energéticas, siendo un 57.6%, y un 40.7% aseveró si tenerla. Se encontró un caso que representa tan solo el 1.69% que no dio respuesta.

¿Presenta alguna inaccesibilidad para la ingesta de bebidas energéticas?

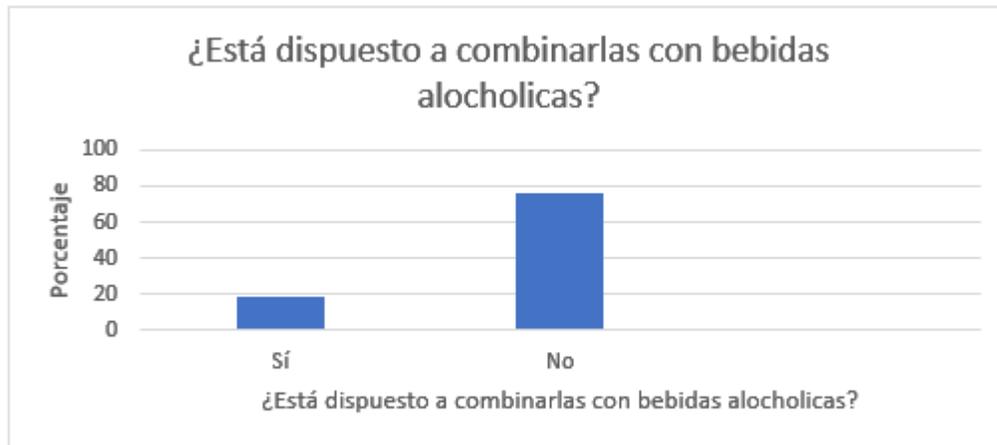
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	24	40,7
	No	34	57,6
	NR	1	1,7
	Total	59	100,0



3.2. Disposición para combinarlas con bebidas alcohólicas: La mayoría de los participantes en la encuesta 76.3% refirió no estar dispuestos a combinarlas con bebidas alcohólicas, sin embargo, se encontró un 18.6% que si están dispuestos a hacerlo. 5.1% no dio respuesta a esta pregunta.

¿Está dispuesto a combinarlas con bebidas alcohólicas?

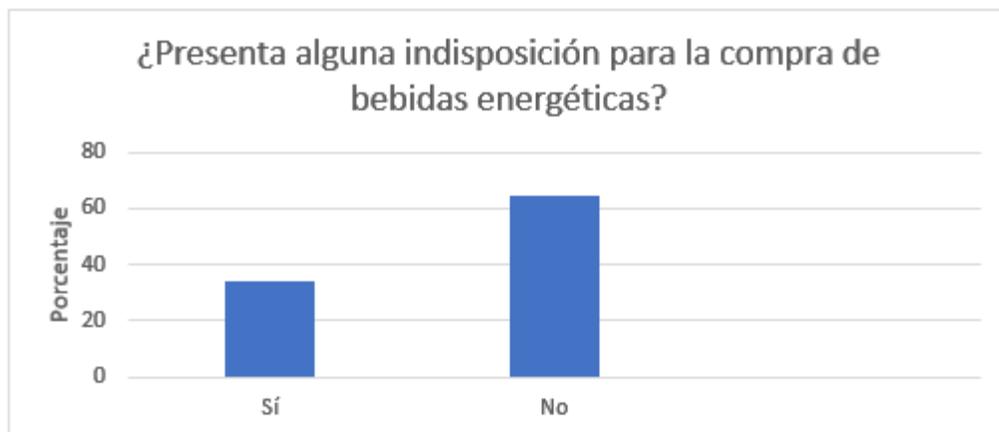
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	11	18,6
	No	45	76,3
	NR	3	5,1
	Total	59	100,0



3.3. Indisposición para la compra de bebidas energéticas: Un 64.4% de los encuestados refirió no tener alguna indisposición para la compra de este tipo de bebidas, y un 33.9% aseguró si tener indisposición; solo un caso se abstuvo de contestar.

¿Presenta alguna indisposición para la compra de bebidas energéticas?

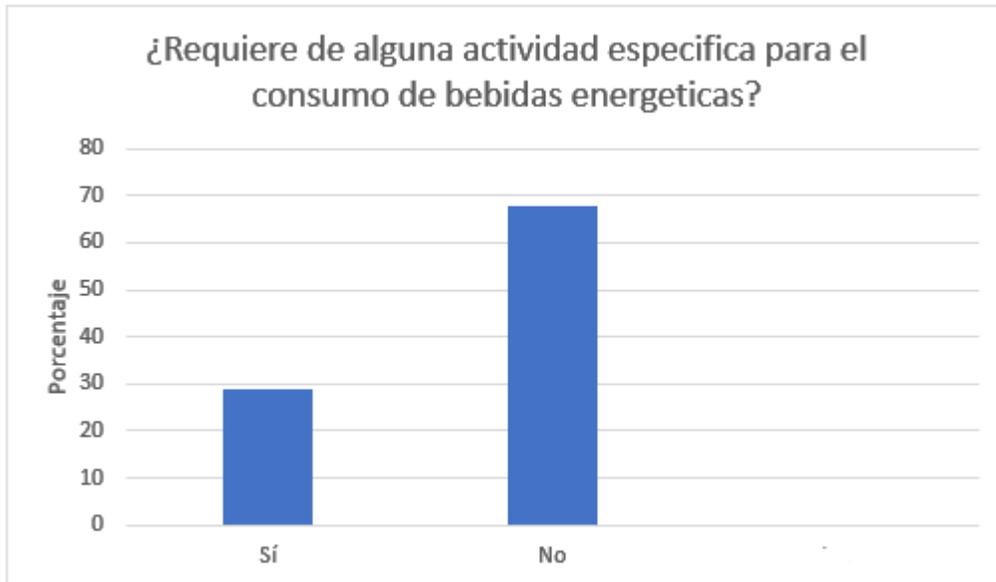
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	20	33,9
	No	38	64,4
	NR	1	1,7
	Total	59	100,0



3.4. Actividades específicas para el consumo de bebidas energéticas: Respecto al requerimiento de actividades específicas para el consumo de este tipo de bebidas, un 67.8% no requiere actividades y un 28.8% refirió sí requiere, se encontraron dos casos que no respondieron.

¿Requiere de alguna actividad específica para el consumo de bebidas energéticas?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	17	28,8
	No	40	67,8
	NR	2	3,4
	Total	59	100,0



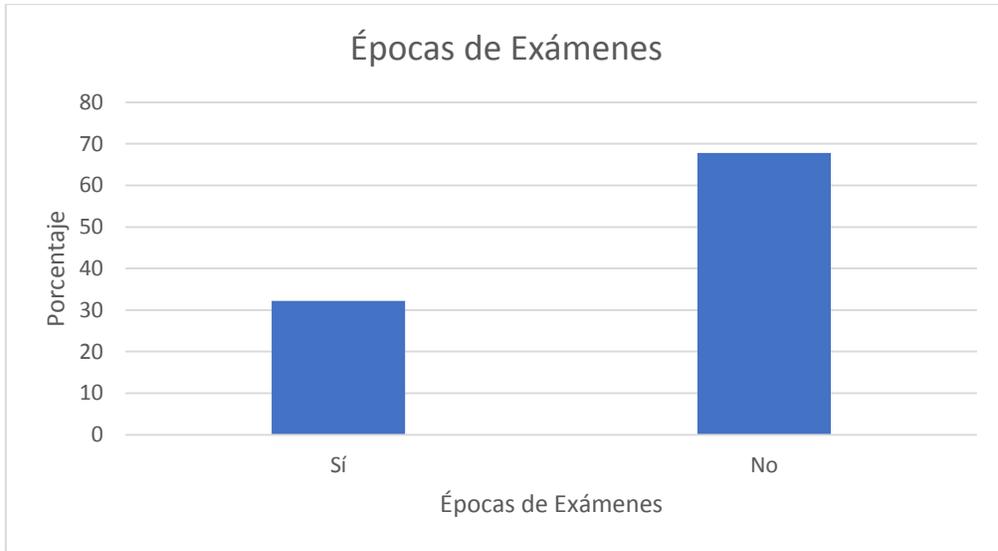
OE. 4: Describir las prácticas sobre el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina y cirugía en estudio.

4.1. Ocasiones en la que consume: Al indagar sobre las ocasiones en las que consumen bebidas energizantes, se obtuvieron los siguientes resultados.

4.1.2. Época de exámenes: El 32.2% de los participantes en este estudio consumen bebidas energizantes en épocas de exámenes, y la mayoría de ellos, 67.8% no las consume en estas ocasiones.

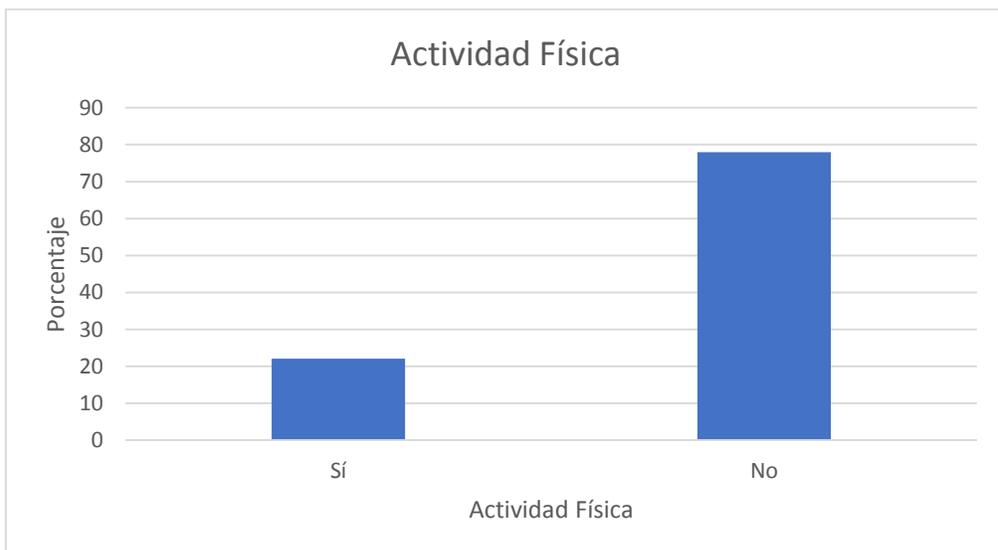
Épocas de Exámenes

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	19	32,2
	No	40	67,8
	Total	59	100,0



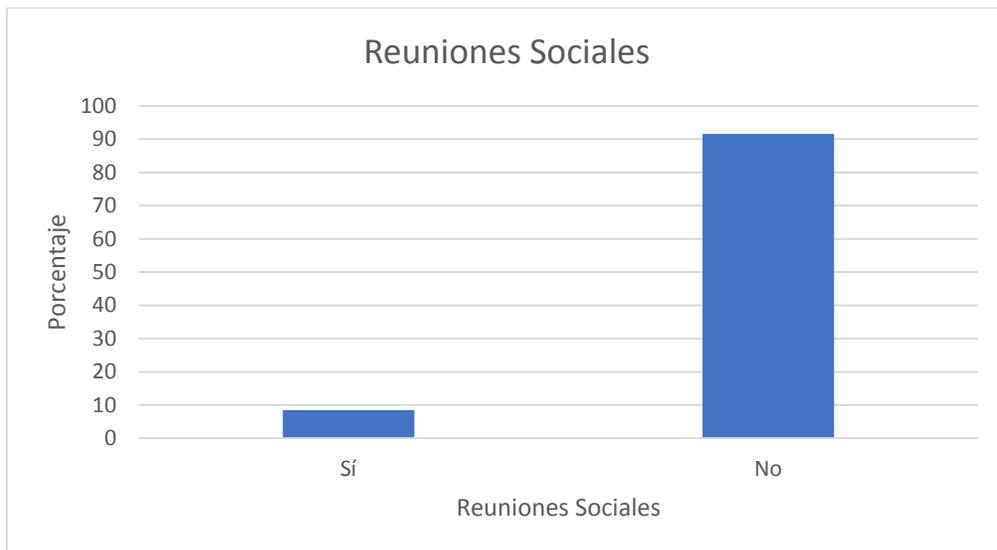
4.1.3. Actividad física: un porcentaje de 22% de estudiantes en el estudio, consumen este tipo de bebidas en ocasión de actividad física, y el 78% aseveró no consumirlas en dichas ocasiones.

		Actividad Física	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	13	22,0
	No	46	78,0
	Total	59	100,0



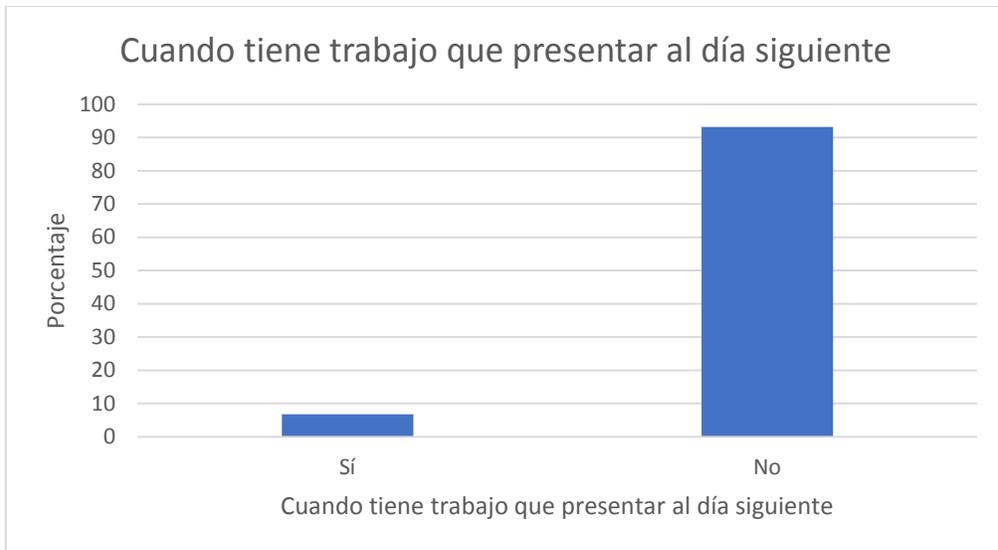
4.1.4. Reuniones Sociales: Solo un 8.5% de los estudiantes encuestados respondió que sí consumen bebidas energéticas en ocasiones de reuniones sociales, contra un 91.5% que no lo hace en dichas ocasiones.

		Reuniones Sociales	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	5	8,5
	No	54	91,5
	Total	59	100,0



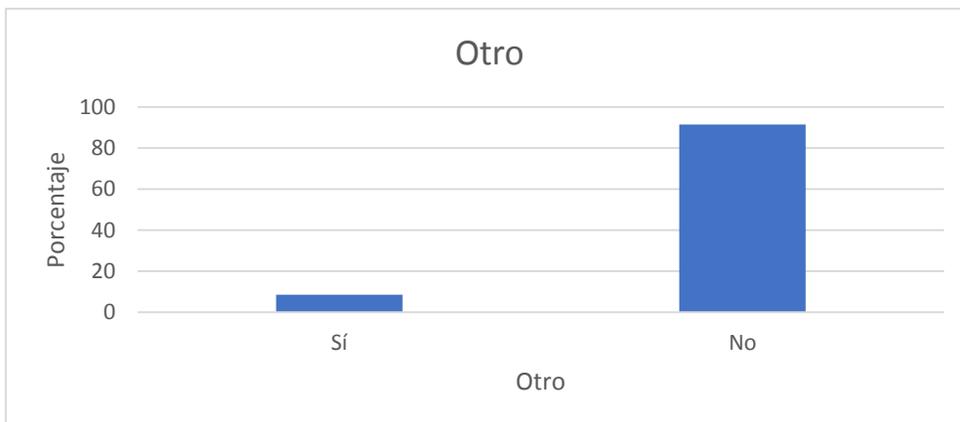
4.1.5. Cuando tiene trabajo que presentar al día siguiente: Un porcentaje de solo 6.8% de los estudiantes encuestados refirió el consumo de estas bebidas cuando tienen trabajo que presentar al día siguiente, y la mayoría correspondiente al restante 93.2%, no consume estas bebidas en dichas ocasiones.

		Cuando tiene trabajo que presentar al día siguiente	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	4	6,8
	No	55	93,2
	Total	59	100,0



4.1.6. Otras ocasiones: Se preguntó sobre otras posibles ocasiones distintas a las antes referidas, en la que los estudiantes consumen bebidas energizantes, dicha pregunta obtuvo un porcentaje de 8.5% de respuestas afirmativas y un 91.5% de respuesta en las que se asegura que no consumen las bebidas energizantes en otras ocasiones.

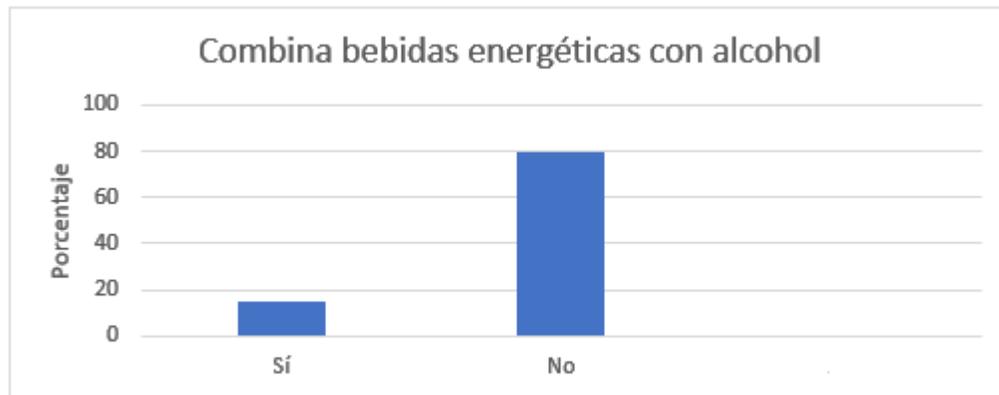
		Otro	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	5	8,5
	No	54	91,5
	Total	59	100,0



- 4.2. Combinación de bebidas energéticas con alcohol:** 79.7% de los estudiantes refirió no combinar las bebidas energéticas con alcohol, un 15.3% si lo hace y el 5.1% restante no respondió.

Combina bebidas energéticas con alcohol

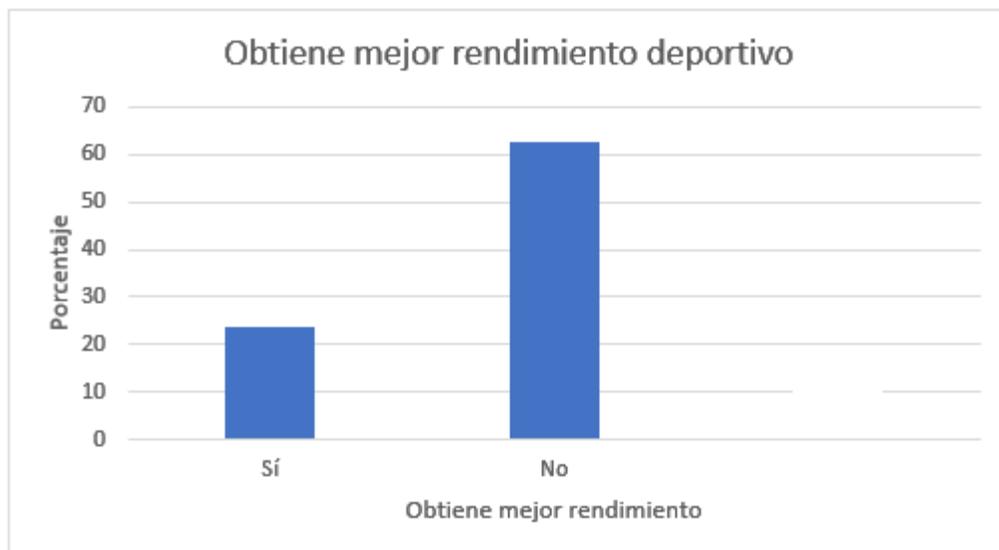
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	9	15,3
	No	47	79,7
	NR	3	5,1
	Total	59	100,0



- 4.3. Sobre el rendimiento deportivo:** En la pregunta sobre si obtienen mejor rendimiento deportivo al usar bebidas energéticas, 62.7% respondió que no y 23.7% sí, un 13.6% no respondió.

Obtiene mejor rendimiento deportivo

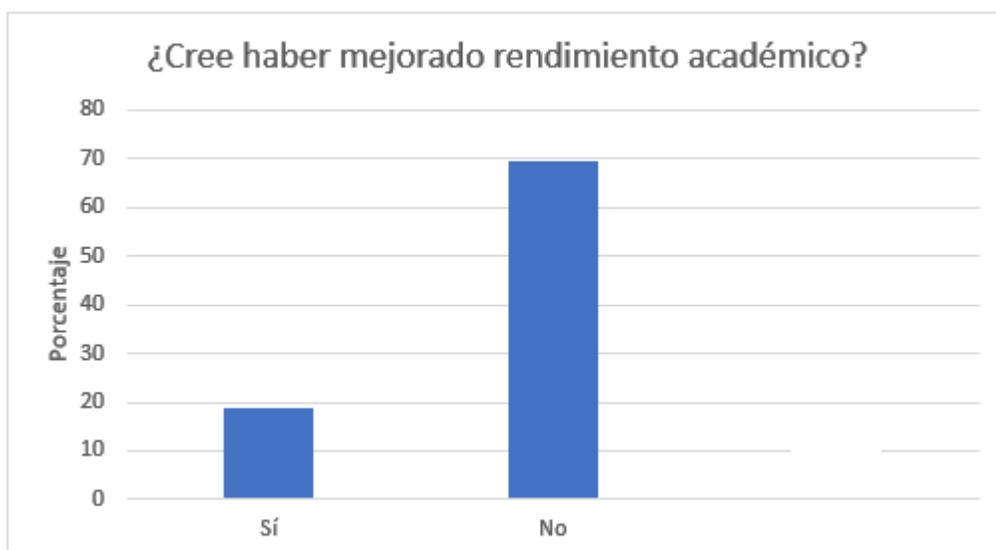
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	14	23,7
	No	37	62,7
	NR	8	13,6
	Total	59	100,0



4.4. Sobre el rendimiento académico: Los participantes aseguraron que no creen haber mejorado su rendimiento académico con el consumo de bebidas energizantes hasta en 69.5% de los casos, y un 18.6% aseguró que, si cree haber mejorado, 11.9% no proporcionaron respuesta.

¿Cree haber mejorado rendimiento académico?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	11	18,6
	No	41	69,5
	NR	7	11,9
	Total	59	100,0

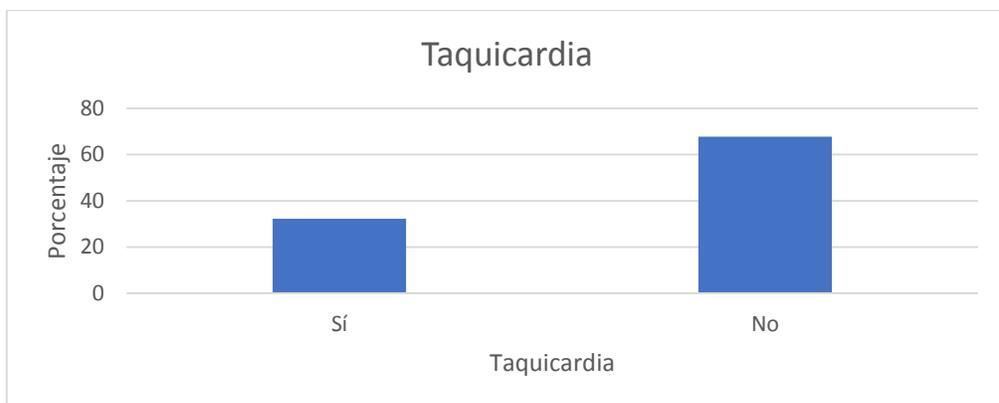


4.5. Sobre los efectos secundarios presentados al consumir 200 ml de la bebida:

De las prácticas de consumo de bebidas energizantes, se les preguntó a los estudiantes cuales efectos secundarios habían presentado, de los cuales se refirieron los a continuación expresados:

4.5.1. Taquicardia: La taquicardia fue referida en un 32.2% de los casos, contra un 67.8% que no refirió este efecto secundario.

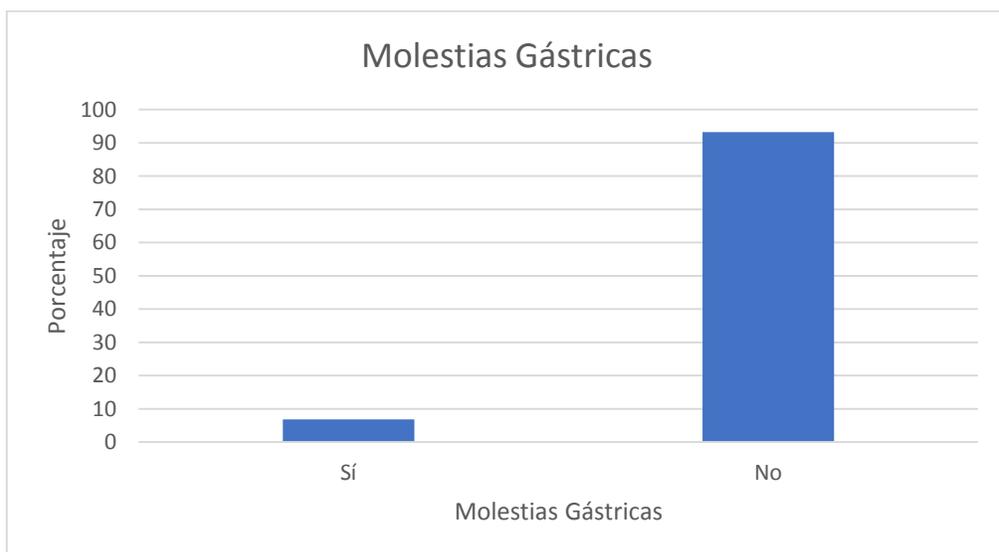
		Taquicardia	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	19	32,2
	No	40	67,8
	Total	59	100,0



4.5.2. Molestias gástricas: Solo un 6.8% del total de participantes aseguró haber presentado molestias gástricas, contra el 93.2% que no hizo esta referencia.

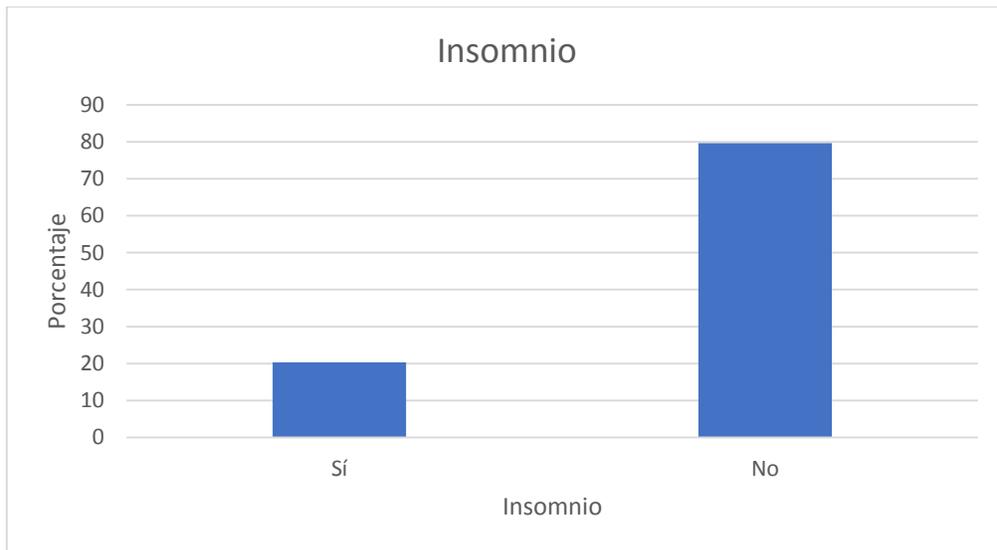
Molestias Gástricas

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	4	6,8
	No	55	93,2
	Total	59	100,0



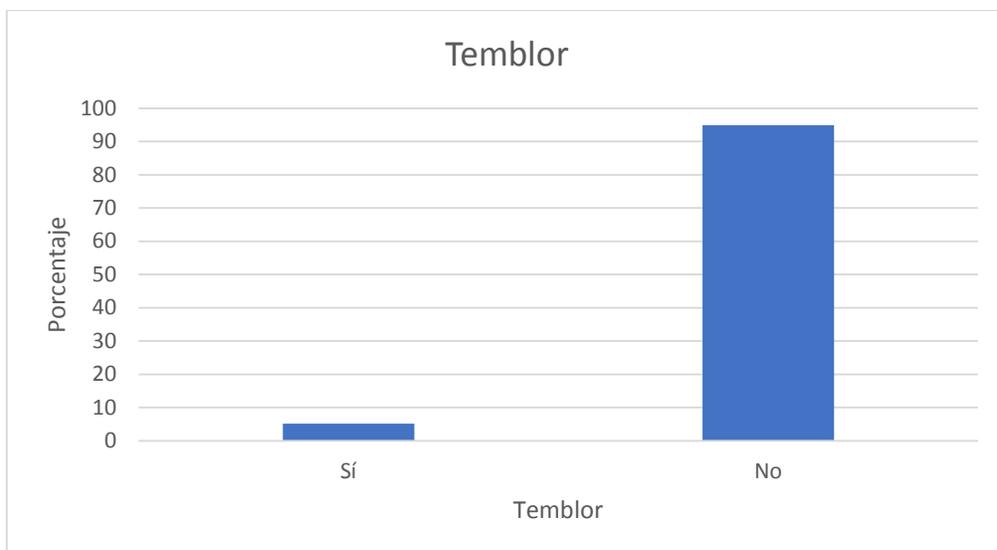
4.5.3. Insomnio: Este efecto secundario se presentó en un 20.3% de los participantes, 79.7% no lo presentaron.

		Insomnio	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	12	20,3
	No	47	79,7
	Total	59	100,0



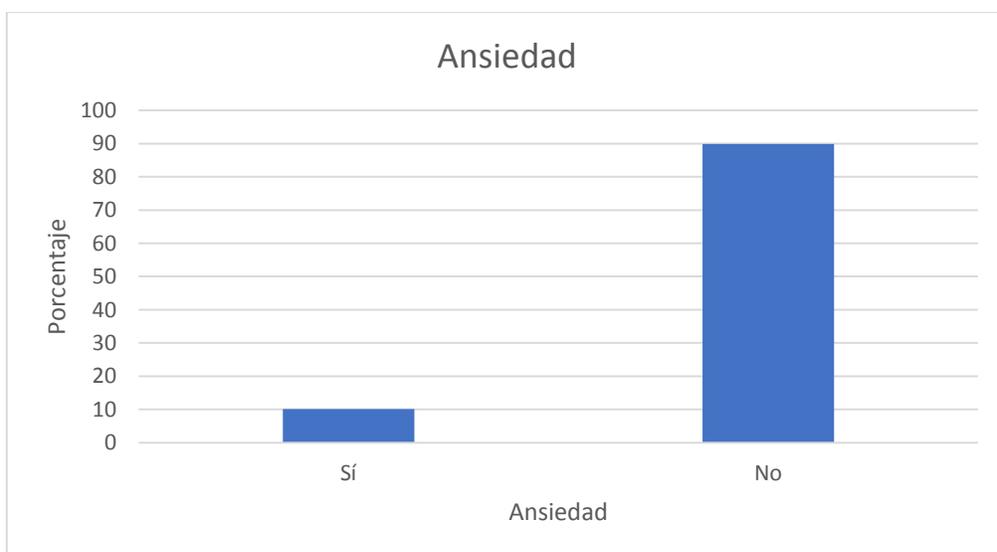
4.5.4. Temblor: El 5.1% de los encuestados refirió haber presentado temblor como efecto secundario, contra el 94.9% de estudiantes que no refirió haber presentado dicho efecto.

		Temblor	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	3	5,1
	No	56	94,9
	Total	59	100,0



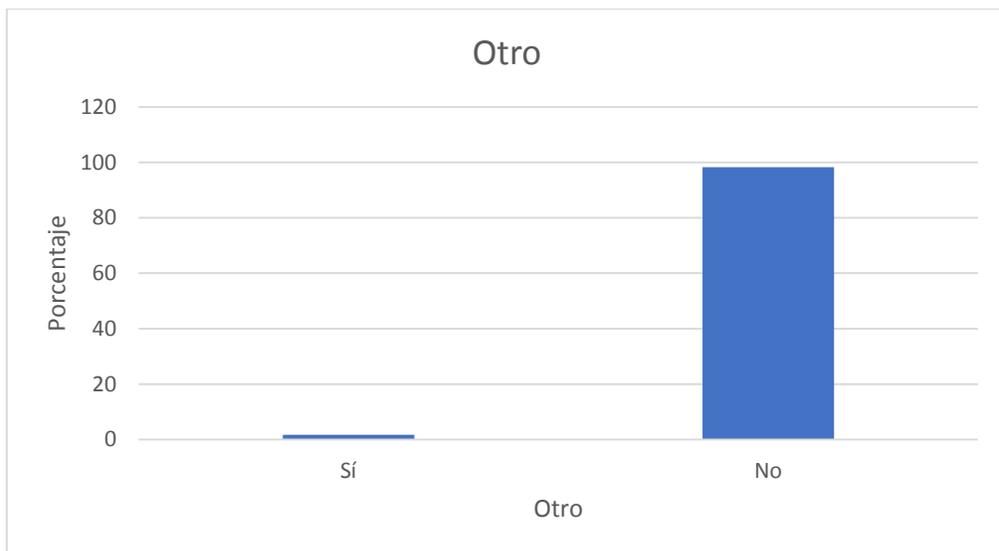
4.5.5. Ansiedad: 10.2% de los estudiantes refirió la ansiedad como un efecto secundario que ha presentado por el uso de bebidas energizantes, 89.8% no la presentó.

		Ansiedad	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	6	10,2
	No	53	89,8
	Total	59	100,0



4.5.6. Otros efectos secundarios: Solo el 1.7% refirió haber presentado algún otro tipo de efectos secundarios al consumo de bebidas energizantes, predominando el 98.3% de respuestas que aseguran que no han presentado otros tipos de efectos fuera de los referidos anteriormente.

		Otro	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Sí	1	1,7
	No	58	98,3
	Total	59	100,0



VI. CONCLUSIONES.

- 1. Características sociodemográficas:** Los participantes en el estudio fueron estudiantes cuyas edades más referidas en el rango de 18-20 años, siendo el 49.2%, seguido por las edades entre 21-24 años con un 23.7%, los mayores de 25 años fueron el 13.6% al igual que los que se encontraron entre los 15-17 años. Hubo predominio significativo de la etnia mestiza con el 96.6%, en cuanto a la procedencia, el 89.9% son de zona urbana y el 10.2% de rural. Además, los participantes refirieron ser en su mayoría católicos con el 50.8%, la segunda religión más referida fue la evangélica con 18.6%, mismo porcentaje con aquellos que o refirieron ser de “otra” religión, y el 10.2% aseveró ser adventista. Este estudio concluyó con una mayoría femenina que corresponde al 55.9%, y los masculinos resultaron 40.7%
- 2. Conocimientos:** Se encontró que el 52.5% de los participantes en la encuesta, son consumidores de bebidas energéticas, siendo las edades más referidas en relación al consumo las comprendidas entre 18 y los 20 años, y un porcentaje de 47.5% que no las consumen. En cuanto a conocimientos de posibles afectaciones que pueden causar en algunos órganos, se concluye que el 88.1% de los estudiantes, reconocen en el uso de bebidas energizantes posibilidades de afectaciones al corazón, el 59.3% daños a los riñones, 54.2% al cerebro. La frecuencia de consumo de bebidas energizantes más referida fue la de una vez al mes, con un porcentaje de 33.9%, el resto de frecuencias se mantuvieron cada una por debajo del 5%. Se encontró que los medios que más motivan al consumo de bebidas energizantes en la población encuestada, fueron en primer lugar el internet con un 16.9% de casos, seguido de un 15.3% de quienes refirieron la motivación adquirida por medio verbal, finalmente un 10.2% de los participantes refirió que la motivación la encuentran en otros medios diferentes.
- 3. Actitudes:** Sobre la indisposición para el consumo de bebidas energizantes, un 57.6% aseguró no tener alguna indisposición, mientras el 40.7% respondió que si tienen alguna indisposición al consumo de este tipo de bebidas. De la disposición para combinarlas con bebidas alcohólicas, el 76.3% de los encuestados respondió

que no está dispuesto a combinarlas, en contra parte, el 18.6% dijo que si lo está. El 64.4% de los encuestados manifestó que no tenía indisposición para la compra de bebidas energizantes. Al consultar sobre si había actividades específicas que motivaran el consumo de bebidas energizantes, el 64.8% de los estudiantes aseveró que no requiere de actividad específicas para consumir de estas bebidas, pero el 28.8% restante si lo refirió.

- 5. Practicas:** Se encontró que el 32.2% de los estudiantes hace uso de bebidas energizantes en épocas de exámenes, 22% lo hace por actividad física, un 8.5% por ocasiones de reuniones sociales y el 6.8% cuando tiene trabajo que presentar al día siguiente; el 8.5% se ubicó en la casilla de otras ocasiones. De las combinaciones de bebidas energéticas con alcohol, se encontró que 79.7% no realiza dichas combinaciones, pero un 15.3% si lo hace. 62.7% de los encuestados aseveró que con el consumo de bebidas energizantes no mejora su rendimiento deportivo, sin embargo, un porcentaje de 23.7% si considera que su rendimiento en el deporte es mejor. Para rendimiento académico, se cuestionó si el uso de bebidas energizantes mejora el desempeño, encontrándose que los estudiantes refirieron en un 69.5% que no mejora su rendimiento y que un 18.6% considera que sí lo hace. Se preguntó sobre la presencia de efectos secundarios al consumo de bebidas energizantes, y se encontró que 32.2% ha presentado taquicardia, 6.8% molestias gástricas, 20.3% insomnio, 5.1% temblor, 10.2% ansiedad.

VII. RECOMENDACIONES.

A los estudiantes de medicina:

1. Evitar el consumo de bebidas energizantes e investigar sobre los compuestos de las mismas y sus efectos adversos.
2. Adoptar actitudes y prácticas mediante las cuales, como futuros profesionales de la salud, puedan orientar a los pacientes en temas relacionados al consumo de bebidas energizantes y otros estimulantes.
3. Investigar y aplicar prácticas para el manejo adecuado del tiempo, hábitos de estudio y actividad física, para evitar el consumo de bebidas energéticas asociado a estas causas.

A la Universidad Internacional para el Desarrollo Sostenible:

1. Promover entre los estudiantes, hábitos de vida saludables e implementar campañas de prevención de consumo de estimulantes como las bebidas energéticas.
2. Evitar que en las instalaciones universitaria se promueva y comercialice las bebidas energizantes.
3. Dar seguimiento a este tema, como tópico de investigación con la finalidad de profundizar más en aspectos en los que este trabajo investigativo no haya hecho énfasis.

VIII. DISCUSIÓN.

Tras la realización de este estudio, se encontró que más de la mitad (52%) de los estudiantes de medicina encuestados, refirieron ser consumidores de bebidas energéticas, destacando que el intervalo de edades más referido fue el de 18 a 20 años con un 24%; este margen de edades que refiere el consumo de estas bebidas, tiene igual relación a los resultados que proyectó el estudio de Cespedes y Ramos, quienes encontraron entre estudiantes de enfermería el consumo de bebidas energizantes en un promedio de edades predominante entre 18 y 20 años.

Es importante destacar que a pesar de que reconocen en este hábito posibles afectaciones a ciertos órganos, destacando que casi el 90% refirió entre estos que pueden afectarse al corazón, prácticamente el 60% aseguró saber de la afectación a los riñones y casi un 55% de ellos refirió al cerebro; estos datos resultan llamativos pues nos demuestran que en futuros médicos, hay hábitos de consumos de sustancias a pesar de ser conscientes de que pueden ser dañinas, en este caso se demuestra con el consumo de bebidas energéticas.

No obstante, en lo que respecta a los resultados de esta investigación, en relación al consumo de este tipo de bebidas, solo se encontró un 27% de consumidores frecuentes con consumos que van desde una hasta seis veces por semana, la mayoría de consumidores refirió una frecuencia de una vez al mes, siendo este dato igual al encontrado en la investigación de Cespedes y Ramos, por lo tanto, no se plantea como un problema mayor en la muestra estudiada, pero sigue significando, aunque, en poca cantidad, una cifra llamativa de consumidores frecuentes.

En términos actitudinales, en un porcentaje cercano al 60% de los casos, los estudiantes manifestaron actitudes para el consumo de bebidas energizantes, al aseverar que no tienen ninguna indisposición para ingerirlas, aunque esto no signifique que todos ellos lo lleguen a hacer. Una de las prácticas que potencia los riesgos en el consumo de bebidas energéticas, es la combinación de las mismas con sustancias alcohólicas, pero resulta aceptable el encontrar entre los resultados de este estudio, que hasta tres cuartas partes de los encuestados muestra en sus actitudes, no estar dispuesto a combinar bebidas

energéticas con licor, aun así, no se debe ignorar a un 19% de ellos que si está dispuesto a hacerlo.

Las bebidas energética suelen ser utilizadas generalmente para la actividad física y el deporte, en algunos casos se suele emplear también en personas que requieren mantenerse en vigilia, es por ello que se consideró preguntar a los estudiantes, sobre las posibles actividades que les motivaran al consumo de bebidas energéticas, los resultados obtenidos al respecto son llamativos dado que 65% refirió no requerir de alguna actividad específica para el consumo de estas bebidas, lo cual demuestra que la mayoría mantienen una actitud de consumo espontaneo posiblemente por gusto de ingesta; este dato tiene mucha similitud con lo encontrado en el estudio de Gallardo y otros (referido en antecedentes), de conocimiento sobre las bebidas energizantes y frecuencia de consumo en una población de estudiantes universitarios, en el cual se llegó a la conclusión que la mayoría de los consumidores de bebidas energéticas tienen el habito porque les agradan estas bebidas, pero difiere con Céspedes y Ramos, quienes en su estudio encontraron que los estudiantes si tienen actividades que son propicias para motivar el consumo de bebidas energéticas, destacando en un 89% la necesidad de mantenerse activos y en un 61% en las épocas de exámenes.

Pese a que de forma actitudinal los encuestados refirieron solo en el 29% de los casos el tener actividades que motivan al consumo de bebidas energizantes, en la practica hubo variabilidad en estos datos, pues entre todos los casos, se refirió el consumo en temporadas de exámenes en un 32%, en este caso, si bien la diferencia no es significativamente mayor, varía del 29% referido de forma actitudinal.

Para esta muestra no se establece la combinación de bebidas energizantes con alcohol como un problema significativo pues en la practica un 80% de los participantes no realiza tales mezclas, aun así, se considera que debe mantener en mente que puede haber hasta un 20% de ellos que si esté cometiendo dicha práctica; estos porcentajes resultan significativos por el bajo habito de mezclar alcohol con energizantes, en comparación a lo encontrado por Gallardo y otros, quienes aseguran que la alta proporción de

encuestados en su estudios sobre bebidas energizantes en universitarios, consume bebidas energizantes en combinación con licor.

Destaca el hecho que, en los resultados de este estudio, la mayoría de participantes reconoció hasta en un 63% de veces que el consumo de bebidas energizantes no mejora su rendimiento deportivo y prácticamente un 70% de las veces se refirió que no hay mejora del rendimiento académico asociado al consumo de bebidas energizantes. Algunos de los efectos secundarios que refirieron en la práctica los estudiantes encuestados fueron taquicardias 32% de los casos, molestias gástricas diversas en el 20.3% y ansiedad en 10% de los casos, otras fueron mencionadas, pero por debajo del 10% de las ocasiones. Estas cifras en cuanto a efectos secundarios pueden tener relación con lo citado en los antecedentes de este estudio, donde Manrique, Arroyave y Galvis aseguran que algunos individuos han consultado a los servicios de urgencia por arritmias y agitación asociados al consumo de bebidas energizantes. Hacemos énfasis en que la cantidad mínima de consumo por persona es de 475ml de los que participaron nuestra encuesta.

Las conductas, la forma de pensar y el proceder no han formado parte de los resultados en esta tesis, sin embargo, reconocemos la importancia de los cambios que producen el consumo de bebidas energéticas tanto físicos, metabólicos y psicológicos. Tomando en cuenta que el consumo excesivo de estas sustancias puede provocar dependencia de las mismas ocasionando estados depresivos, ansiedad, trastorno de insomnio y alteraciones en el organismo ya mencionadas en el presente estudio. Actualmente en nuestro país no se ha regulado la compra y venta de estos productos no se encuentran registros de prohibiciones de consumo, adquisición, ni cantidad lo cual es alarmante tomando en cuenta los efectos secundarios y nocivos para el organismo los cuales pueden terminar en daños permanentes e incluso ocasionar la muerte. Consideramos que se deben realizar más estudios relacionados con el consumo de bebidas energéticas en nuestro país, estimando que se ha convertido en un problema de salud publica el cual nos afecta a todos.

IX. BIBLIOGRAFIA.

1. E VÁ. Consumo de bebidas energéticas en estudiantes universitarios. RqR 2016. Enfermería Comunitaria (Revista SEAPA). 2016 octubre; 31-43.
2. Sánchez-Socarrás V, BM, BC, & VC. Conocimientos sobre las bebidas energéticas: una experiencia educativa con estudiantes de secundaria básica de Barcelona, España. Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia. 2016.
3. Manrique , Arroyave-Hoyos , Pareja G. Bebidas cafeínadas energizantes. IATREIA. 2018 Enero-marzo; 31(1).
4. Plaza Chacho , Tapia Pinguil , Urgilés García. FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS: ALCOHOL, TABACO Y BEBIDAS ENERGIZANTES EN ADOLESCENTES DE BACHILLERATO DEL COLEGIO TÉCNICO GUILLERMO MENSI. CUENCA 2015. Tesis previa a la obtención Del Título De Licenciada en Enfermería. CUENCA: Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Medicas; 2015.
5. Silva Polanía. BEBIDAS ENERGIZANTES: COMPOSICIÓN. Trabajo presentado como requisito parcial para optar el título de: Magister en Enseñanza de las Ciencias Exactas y Naturales. Bogota: Universidad Nacional de Colombia , Facultad de Ciencias ; 2015.
6. NAVARRO CRUZ, AR. Conocimiento sobre las bebidas energizantes y frecuencia de consumo en una población de estudiantes universitarios. Revista de Ciencias de la Salud. 2017 diciembre; 4(13).
7. CESPEDES HUILLCA TY, RAMOS CASTAÑEDA AE. CARACTERÍSTICAS DEL CONSUMO DE BEBIDAS ENERGIZANTES POR LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, CHICLAYO - 2018. TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO, FACULTAD DE MEDICINA; 2018.
8. FON TEJADA MC. CONSUMO DE BEBIDAS ENERGIZANTES COMO FACTOR ASOCIADO A LA CORTA DURACION DE SUEÑO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE MÉDICO CIRUJANO. UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO, FACULTAD DE MEDICINA HUMANA; 2018.
9. Bazan Olaya JI, Campos Pastelina JM, Gutiérrez Moguela NV, González Montiel. Frecuencia y Razones de Consumo de Bebidas Energéticas en Jóvenes Universitarios. Salud y Administracion. 2019 Mayo-Agosto; 6(17): p. 17-26.

10. Luis Alfredo Alonso Mendoza AGPD. Consumo de psicoestimulantes para aumentar el rendimiento en el autoestudio, estudiantes de II-VI año carrera de Medicina UNAN-Leon. Tesis para optar al título de Médico General y Cirujano. Leon : UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA, FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS; 2013 septiembre.
11. Laboratorio Profeco reporta. Bebidas con cafeína, taurina y otros ingredientes. Revista del Consumidor. 2015 Junio;(460).
12. Heckman M, Gonzales de Mejia E. Bebidas energéticas: una evaluación de su tamaño de mercado, demografía del consumidor, perfil de ingredientes, funcionalidad y regulaciones en los Estados Unidos. Revisiones exhaustivas en la pagina de inicio de Ciencias de los Alimentos y Seguridad Alimentaria. 2010 Mayo; 9(3): p. 303-317.
13. Navarro J. Definición ABC. [Online].; 2017 [cited 2017 marzo. Available from: <https://www.definicionabc.com/ciencia/bebida-energizante.php>.
14. Roussos A. FA, Flax MF, De Leo M. LT, Barbeito S. RA, Jacobez S. AR. Bebidas energizantes y su consumo en adolescentes. Actualizacion en Nutricion. 2009 Junio; 10(2): p. 124-129.
15. Rabines Juarez AO. Factores de riesgo para el consumo de tabaco en una poblacion de adolescentes escolarizados. Tesis para optar el titulo de Medico-Cirujano. Universidad Nacional de San Marcos, Facultad de Medicina de San Fernando; 2002.
16. Real Academia Española. Real Academia Española. [Online].; 2019 [cited 2019 Octubre 27. Available from: <http://dle.rae.es>.
17. Raffino ME. Concepto. [Online].; 2019 [cited 2019 octubre 16. Available from: <https://concepto.de/conocimiento/>.
18. Actitud. Significados.com. [Online].; 2017 [cited 2019 Octubre 16. Available from: <https://www.significados.com/actitud/>.
19. Día Alfredoz BCNypH. Psicología del Consumidor de Red Bull. Lima , peru : Pontificia Universidad Católica del Perú, psicología social ; 2009.
20. Bembibre. DEFINICION ABC. [Online].; 2012 [cited 2019 Octubre 22. Available from: <http://www.definicionabc.com/general/practica.php>.
21. Cote Menendez M, Rangel Garzon CX, Sanchez Torres MY, Medina Lemus A. Bebidas energizantes: ¿Hidratantes o Estimulante? Revista de la Facultad de Medicina. 2011 septiembre ; 59(3): p. 255-266.

22. Zapata Ambuludi JA. Consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de medicina de la universidad nacional de Loja y sus efectos en el sistema nervioso central. Tesis previa a la obtención de Grado de Médico General. Loja: Universidad Nacional de Loja , Área de la Salud Humana; 2015.

ANEXOS

ANEXO N° 1. INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE

SEDE-MATAGALPA

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El presente instrumento de recolección de información sobre conocimientos, actitudes y prácticas sobre el consumo de bebidas energéticas en estudiantes de la carrera de Medicina y Cirugía de UNIDES Sede-Matagalpa durante el tercer cuatrimestre del año 2021. Solicitamos su participación, la cual proporcionara datos importantes que serán utilizados en la presente investigación.

Fecha: __ / __ / __

Encuesta N° _____

OE1: caracterizar los aspectos sociodemográficos

1. ¿Qué edad tienes?
 - b. 15-17
 - c. 18-20
 - d. 21-24
 - e. >25

2. Etnia
 - a. Mestizo
 - b. Miskito
 - c. Mayangna
 - f. Creole

6. Procedencia
 - a. Rural
 - b. Urbano

7. Religión
 - a. Adventista

- b. Católico
 - c. Evangélico
 - d. Mormón
 - e. Testigo de Jehová
 - f. Otros _____
8. Sexo
- a. Masculino
 - b. Femenino

OE2. EVALUAR LOS CONOCIMIENTOS

9. ¿Consumes bebidas energéticas?
- a. Si.
 - b. No.
10. ¿Sabe cuáles de los órganos a continuación mencionados, pueden verse afectados por el uso de bebidas energizantes?
- a. Corazón.
 - b. Riñones.
 - c. Cerebro.
 - d. Otro.
11. ¿Con que frecuencia tomas bebidas energéticas?
- a. Mas de seis veces a la semana
 - b. Dos a cinco veces por semana
 - c. Dos veces por semana.
 - d. Una vez por semana.
 - e. Una vez al mes
12. ¿Cuáles son los medios que más le motivan al consumo de bebidas energizantes?
- a. Verbal
 - b. Internet
 - c. Publicidad: TV, radio
 - d. Otros. Especifique
-

OE3. IDENTIFICAR ACTITUDES

13. ¿Presenta alguna inaccesibilidad para la ingesta de bebidas energéticas?
- Si.
 - No.
14. ¿Está dispuesto a combinarlas con bebidas alcohólicas?
- Si.
 - No.
15. ¿Presenta alguna indisposición para la compra de bebidas energéticas?
- Si.
 - No.
16. ¿Requiere de alguna actividad específica para el consumo de bebidas energéticas?
- Si.
 - No.

OE4. DESCRIBIR LAS PRÁCTICAS

17. Ocasiones en que las consume.
- Épocas de exámenes
 - Actividad física
 - Reuniones sociales
 - Cuando tiene algún trabajo que presentar al día siguiente
 - Otros especifique
-

18. Combina bebidas energéticas con alcohol
- Si
 - No
19. Obtiene un mejor rendimiento deportivo
- Si.
 - No.
20. ¿Cree haber mejorado rendimiento académico?
- Si.
 - No.
21. ¿Cuáles de los efectos secundarios ha presentado al consumir 200 ml de estas bebidas?
- Taquicardia

- b. Molestias Gástricas
 - c. Insomnio
 - d. Temblor
 - e. Ansiedad
 - f. Otros especifique
-