

Prevalencia del consumo de bebidas energéticas en periodo de exámenes en los estudiantes de Odontología. Estudio realizado en la UNAH-VS, en el segundo semestre de 2013

Ariana Iveth Saavedra, Carmen Issamara Mejía, Teresa Beatriz Alvarado, Vivian Sarahí Martínez, Yeselin Gabriela Cardoza, Karla Maytee Orellana¹
Karla Rápalo²

RESUMEN

Hoy en día la publicidad tiene un impacto muy importante en la sociedad, puesto que entre más publicidad se le dé al producto, mayor es el consumo por quienes lo ven; la mayoría de veces sin advertir los efectos secundarios que podrían tener en el organismo ciertas sustancias al ser consumidas de manera irresponsable. Un ejemplo de lo anterior son las bebidas energéticas, que cada vez adquieren mayor popularidad entre la población estudiantil, especialmente durante los periodos de exámenes; es por eso que surge la necesidad de indagar esta prevalencia en los estudiantes de Odontología.

En este contexto, el presente artículo resume los principales hallazgos encontrados en la investigación: *Prevalencia del consumo de bebidas energéticas en periodo de exámenes en los estudiantes de Odontología. Estudio realizado en la UNAH-VS, en el segundo semestre de 2013*, que tiene como objetivo conocer si existe prevalencia de consumo de bebidas energéticas entre los alumnos de Odontología en periodo de exámenes.

Esta investigación es de tipo cuantitativa con propósito descriptivo, en la cual se consideró como muestra a 150 estudiantes de la carrera de Odontología, que cursaban diferentes años en la carrera y que fueron seleccionados aleatoriamente, para aplicar un instrumento que consistió en un cuestionario estructurado de pregunta cerrada.

En los resultados obtenidos se encontró que sí hay consumo de bebidas energéticas por los estudiantes de Odontología en un 76 % de la muestra y que los estudiantes refieren que conocen los riesgos que conlleva el consumo de estas bebidas es un 74.7 %. En conclusión, se puede asegurar que hay prevalencia en el

¹ Estudiantes, Facultad de Odontología, Carrera de Odontología, UNAH-VS.

² Asesora, catedrática de Metodología de la Investigación, Carrera de Odontología, UNAH-VS.

consumo de estas bebidas por parte de los estudiantes de Odontología, sobre todo en la semana de exámenes.

Palabras clave: *prevalencia, consumo, bebidas energéticas.*

ABSTRACT

Today advertising has a huge impact on society, the more publicity that is given to a product, the higher chance it will have of being purchased; however the side effects that certain substances may have when consumed irresponsibly are not advertised. An example of this is the purchase of Energy Drinks, which have become increasingly popular in the student population, especially during exam periods. Under this circumstances, the following article summarizes the main findings from the research: "Prevalence of Energy Drinks consumed by dental students, especially in the examination period in 2013".'

This research is described as "quantitative" and "descriptive" due to its purposes. A sample of 150 students studying dentistry was considered. They were picked randomly, from different ages and different stages in their career, in response to the closed structured questionnaire that was applied as instrument. The final results proved that energy drinks were consumed by dental students in 76% of the samples taken, only 74.7% of them were aware of the risks those drinks have in their bodies. It is a fact that during exam periods, most dental students will consume energy drinks.

Key words: *Prevalence, consumption, Energy Drinks.*

INTRODUCCIÓN

Cuando se cursan estudios de nivel universitario, usualmente los estudiantes pasan por períodos en los cuales se acumulan, en una misma semana, varias evaluaciones; en consecuencia, lo característico es el desvelo, con el objetivo de aprobar los exámenes a los que se someten en ese tiempo, por lo que debido al estrés, la presión y la falta de tiempo, muchos alumnos consumen bebidas energéticas como café, chocolate o pastillas que alteren el ciclo cotidiano; lo que probablemente tenga algunas consecuencias o alteraciones en su sistema nervioso.

Esta investigación trató de indagar solamente el consumo de bebidas energéticas en los estudiantes de Odontología y fue desarrollada en el segundo período semestral del año 2013.

METODOLOGÍA

El tipo de estudio desarrollado fue cuantitativo con alcance descriptivo, puesto que el objetivo de la investigación es indagar solamente si se consumen o no las bebidas en ergéticas en temporada de exámenes. El ámbito de estudio fue la UNAH-VS, específicamente en la carrera de Odontología, con estudiantes que cursaban entre el primer y quinto año de la carrera.

La muestra estuvo conformada en su totalidad por 150 estudiantes. Para el levantamiento de la información se diseñó un instrumento de medida estructurado, con el fin de obtener información sobre las variables investigadas, que consistió en un cuestionario sencillo diseñado en una sola hoja. El encabezado se reservó para dar a conocer el objetivo de la investigación y para las instrucciones de llenado.

Las preguntas realizadas fueron cerradas politómicas de selección única, excepto cuando se les preguntó sobre las bebidas energéticas que más consumían, que era de respuesta múltiple. Las primeras preguntas correspondieron a las características de la población encuestada (edad, sexo, año que cursaba en la carrera), las siguientes fueron elaboradas para obtener la información relevante de la investigación y las últimas para indagar sobre el conocimiento de los efectos de estas bebidas en el organismo.

RESULTADOS

El desarrollo de esta investigación dio evidencia científica de que este fenómeno ocurre en la comunidad estudiantil de nuestra carrera y datos sobre su frecuencia. Así, es evidente la cantidad de personas que las consumen y dio las pautas para saber la importancia de la concienciación acerca de los efectos que puede causar en el organismo el consumo de estas bebidas.

Características de la muestra

La edad de la muestra conformada por 150 personas, estuvo caracterizada por un mínimo de 17 años y un máximo de 37 años. La moda fue de 20 años, lo que representa el 20.7 %, la media fue de 21.54 años (ver tabla 1).

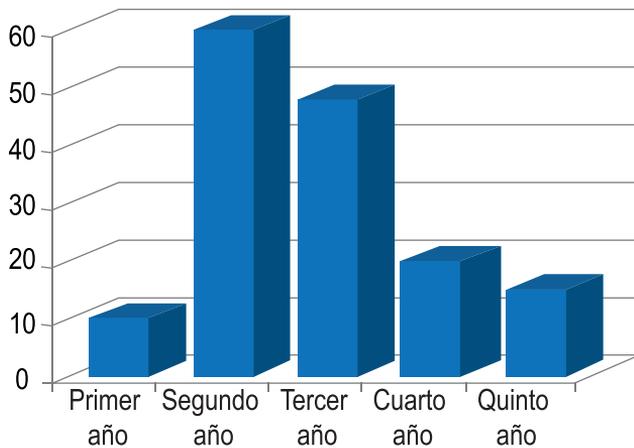
Tabla 1. Cuadro resumen de la edad de los encuestados

N	Válidos	147
	Perdidos	3
Media		21.54
Mediana		21.00
Moda		20
Mínimo		17
Máximo		37

En el sexo de las personas encuestadas prevaleció el sexo femenino, que representa el 71.3 % y los varones que representan el 28 % de la muestra, lo cual está en relación con las características que tiene la carrera de Odontología, que en su mayoría es femenina.

De las personas que conformaron la muestra se encontró que los estudiantes pertenecían al primer año en un 8 %, segundo año con 39.3 %, tercer año con 32.2 %, cuarto año con 10.7 % y el quinto año con un 9.3 % (ver gráfico 1).

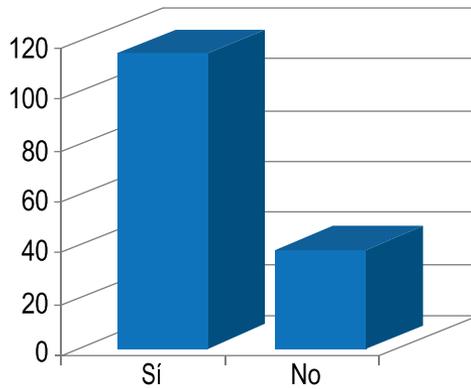
Gráfico 1. Años de estudio



En cuanto a los resultados encontrados en las preguntas centrales de esta investigación, los datos revelan que el 76 % de la muestra ha consumido bebidas energéticas, mientras que el 22.7 % nunca las ha consumido.

En una semana, las personas que las toman refieren que el consumo es de 1 a 3 latas, lo que corresponde al 85.5 %; de 3 a 5 latas, con un 3.9 %; de 5 a 8 latas, con un 1.3 % y un 5.26 % refiere que consume más de 8 latas en una semana (ver gráfico 2).

Gráfico 2. Consumo de las bebidas energéticas



De las 150 personas encuestadas, al momento de realizar esta investigación, los estudiantes que las consumen previamente a un examen fueron 67; de estos, toman una lata antes del día del examen un 17.9 %; 3 latas, un 3 % y 4 latas, un 3 %; no obstante, en otra pregunta realizada para verificar la consistencia en el consumo de estas bebidas, la mayoría informó que las consumen ocasionalmente, tal como se refleja en los gráficos 3 y 4.

Gráfico 3. Frecuencia de consumo

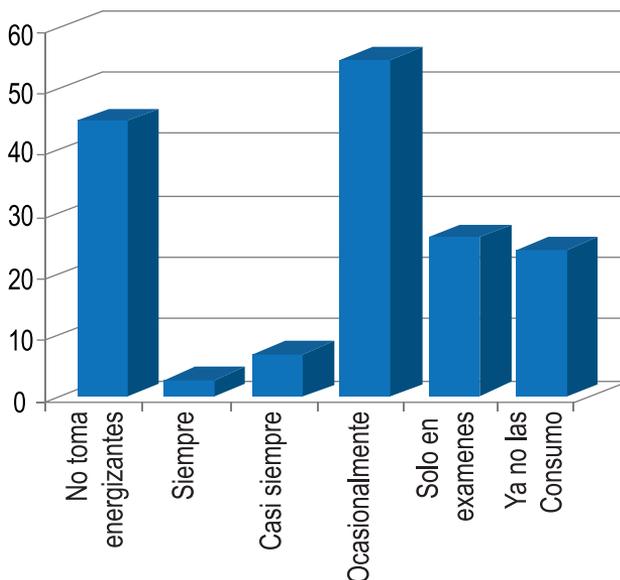
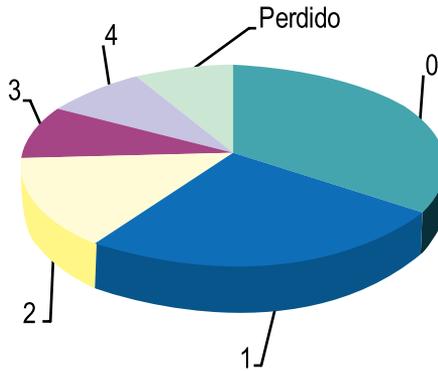
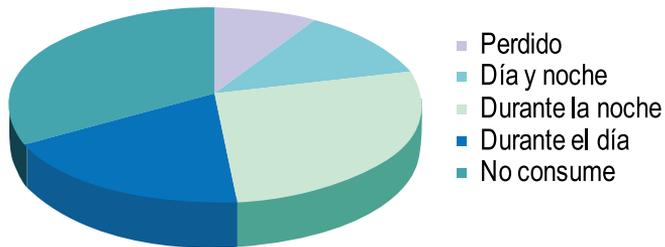


Gráfico 4. Cantidad consumida previamente a un examen



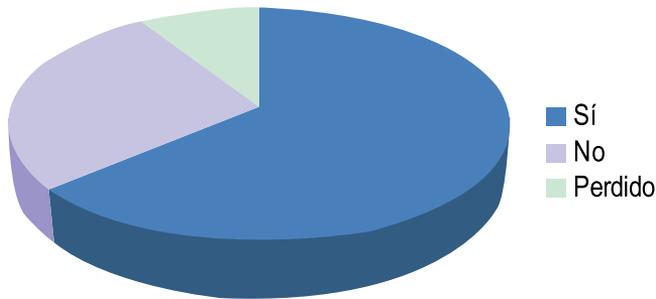
De los estudiantes que las consumen previamente a un examen, se establece que la mayoría lo hace durante la noche, seguramente porque estas bebidas alteran el ciclo circadiano y así es posible mantenerse despierto. En el gráfico 5, los consumidores nocturnos representan el 37.3 % del total de la muestra, que incluye a los consumidores y no consumidores, pero valora solo al grupo de consumidores; este número representa que el 71 % toma estas bebidas por la noche, los que la consumen en el día son el 12 %, lo que representa dentro de los consumidores al 23 %, y solo un pequeño grupo las consume día y noche previamente a un examen.

Gráfico 5. Consumo antes del examen



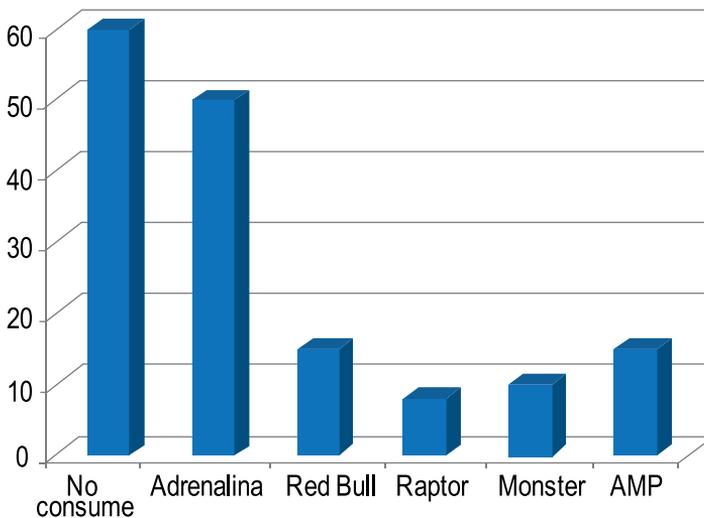
Al indagar sobre los efectos que producen este tipo de bebidas, los resultados indican que el 56 % de la muestra (150) considera que este tipo de bebidas sí los mantienen alerta, mientras que el 39.3 % responden que no lo hacen. El 74.7 % considera que este tipo de bebidas sí puede causar un daño en el organismo, mientras que el 23.3 % consideran que no lo hacen (ver gráfico 6).

Gráfico 6. Efectos de las bebidas energéticas



Cuando se indagó la preferencia en cuanto a las marcas que existen en el mercado de este tipo de bebidas, ante la pregunta cuál es su primera opción, los resultados entre los consumidores fueron: Adrenalina, que es la de mayor preferencia, seguida por las marcas Red Bull, Amp, Monster y Raptor (ver gráfico 7).

Gráfico 7. Marcas preferidas



CONCLUSIONES

Es evidente el estrés y la falta de tiempo de los estudiantes que cursan la carrera de Odontología, ya que se ven tentados a recurrir a este tipo de medios para mantenerse despiertos y así tener la oportunidad de ampliar sus horas de estudio

previamente a un examen, no obstante, habría que indagar si esto se debe a que una de las características de la carrera es que se cursan clases en jornada matutina y vespertina, por lo que solo les queda la noche para hacer tareas o estudiar, o bien si se debe a la falta de un hábito de estudio diario, razón por la cual el contenido se acumula antes de las evaluaciones.

En atención a los resultados obtenidos en esta investigación, se considera de vital importancia concienciar a los consumidores de estas bebidas energéticas sobre los efectos nocivos que producen al organismo, sin embargo, en esta investigación no se hace recomendaciones al respecto, puesto que es un objetivo que está fuera de la intención de este estudio, pero la información queda disponible para que otros grupos como los médicos, enfermeras o especialistas de la salud, puedan abordarlos.

Un punto importante de destacar es el alto grado de consumo en los estudiantes de segundo año, quienes fueron los que obtuvieron un mayor índice en la ingesta de bebidas energéticas, lo cual se puede relacionar con la carga académica y el cambio de las clases generales a las ciencias morfológicas.

También es interesante que los estudiantes, teniendo conocimientos de los efectos nocivos que le pueden causar las bebidas energéticas, las consumen sin darle importancia al daño que les puede producir este producto en su organismo; para el caso, uno de sus ingredientes es el ginseng, común en muchas de estas bebidas, el cual puede disminuir los niveles de glucosa sanguínea.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a los alumnos de la carrera de Odontología por su colaboración y tiempo en el desarrollo de las encuestas y a la Dra. Karla Rápalo por su asesoría y ayuda para resolver cada interrogante que se fue presentando en el desarrollo de nuestro trabajo.

BIBLIOGRAFÍA

- Castellanos, Raúl., M. R, Rossana y Frazer, Gladys. *Revisión de efectos fievisión de de las bebidas energéticas*. Disponible en:
www.bvs.hn/RFCM/pdf/2006/pdf/RFCMVol3-1-2006-8.pdf
- Marcano Pasquier, Rigoberto. (2013) *Medicina preventiva*. Disponible en:
www.medicinapreventiva.com.ve/articulos/bebidas_energéticas.htm
- Melgarejo, Martha. (2010). *El verdadero poder de las bebidas energéticas*. Disponible en: www.oxygensportclub.com/articulo%20red%20bull.pdf

Roussos, A. et al. (2009). *Bebidas energéticas y su consumo en adolescentes*.

Disponible en: www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/bebidas_energéticas_consumo_adolescentes.pdf

Tapia Granados, José A. (1995). *Medidas de prevalencia y relación incidencia-prevalencia*. Organización Panamericana de la Salud. Washington. Disponible

en: <http://ferran.torres.name/edu/sp/download/articulos/prevalencia.pdf>

ANEXO

Estos resultados se presentan en esta sección puesto que es una información recaba en la encuesta, pero que no cumple con los objetivos principales de esta investigación, que era determinar la prevalencia en el consumo.

Tabla 1. Contingencia del conocimiento del daño que causan las bebidas energéticas relacionada con el sexo del encuestado

	Sexo del encuestado		Total
	femenino	masculino	
Sabe el daño	0	1	1
que causa el	0.7 %	0.0 %	0.7 %
consumo de	81	31	112
estas bebidas	54.7 %	20.9 %	75.7 %
no	24	11	35
	16.2 %	7.4 %	23.6 %
	106	42	148
Total	71.6 %	28.4 %	100.0 %

La muestra indica que el 54.7 % de los estudiantes que consumen estas bebidas energéticas son del sexo femenino y tienen conocimiento del daño que causan las mismas.

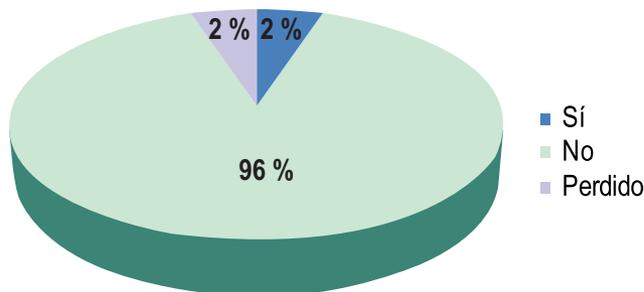
Tabla 2. Contingencia del año de la carrera que cursa el encuestado relacionado con la frecuencia de consumo en una semana

		Frecuencia de consumo en lapso de una semana					Total
		no consume	1-3	3-5	5-8	8-10	
Año de la carrera que cursa	Primer año			0		0	12
		4.7 %	3.4 %	0 %	0 %	0 %	8.1 %
	Segundo año			1		2	58
		16.2 %	20.9 %	7 %	0 %	1.4 %	39.2 %
	Tercer año			0		1	48
	18.2 %	12.8 %	0 %	0 %	7 %	32.4 %	
	Cuarto año			2		0	16
		3.4 %	6.1 %	1.4 %	0 %	0 %	10.8 %
	Quinto año			0		1	14
		5.4 %	2.7 %	0 %	7 %	7 %	9.5 %
				3		4	148
		48.0 %	45.9 %	2.0 %	7 %	2.7 %	100 %

La muestra obtenida en cuanto a la relación del año de la carrera que cursa con la frecuencia de consumo en una semana dio como resultado: En los estudiantes de segundo año se da el mayor consumo de bebidas energéticas de 1-3 y de 3-5 en el transcurso de una semana siendo este: 21% y 7% respectivamente.

Otra pregunta realizada fue si se consideraban adictos a estas bebidas para determinar si la prevalencia en su consumo estaba ligada solo al beneficio de permanecer despiertos previamente a un examen o si consideraban que ya no podían dejar de tomarlas. Los resultados fueron que no se consideran adictos a ellas (ver gráfico 1).

Gráfico 1. Adicción a las bebidas energéticas



Los resultados que se observan en este gráfico 1 son: el 96 % no se considera adicto y solo el 2.0 % sí. Esto quiere decir que, aunque las consumen frecuentemente, si lo deciden pueden dejar de consumirlas.