



W ostatnich latach obserwowany jest znaczny wzrost spożycia napojów energetycznych wśród nastolatków. W Norwegii przeprowadzono badanie, z którego wynika, że około 30% nastolatków spożywa napoje energetyczne co najmniej raz w tygodniu. Owe dane pozwalają określić to zjawisko jako rosnący problem. Równocześnie pojawiają się sugestie, że spożywanie napojów energetycznych może być czynnikiem ryzyka spożywania alkoholu.

Pojawiło się kilka teoretycznych wyjaśnień takiego możliwego związku. Po pierwsze, nadmierne spożywanie kofeiny i tauryny może wpływać na układ nagrody w mózgu. W wyniku tego może dochodzić do zmiany wrażliwości na alkohol, prowadzącej do zwiększonego ryzyka szkodliwego używania alkoholu. Po drugie, równoczesne picie alkoholu i napoju energetycznego powoduje zmniejszenie senności wynikającej ze spożycia alkoholu i wzmacnia jego efekt. Po trzecie, picie napojów energetycznych może być postrzegane jako jedno z wielu różnych zachowań ryzykownych, których podłożem jest osobowość, dysfunkcje w rodzinie pochodzenia czy wpływ grupy rówieśniczej.

Wcześniej przeprowadzane badania wskazywały zależności o różnej sile związku pomiędzy wzrostem spożycia alkoholu a relacjonowanym w początkowych danych używaniem napojów energetycznych. Niemniej analiza owych badań wykazuje różne ich ograniczenia, które nie pozwalają uznać uzyskanych wyników za wiążące. Przeprowadzono więc badanie, które stara się zminimalizować owe ograniczenia poprzez zwiększenie liczby ocen i uwzględnienie czynników rodzinnych i indywidualnych.

W latach 2017-2021 nastolatki z Norwegii wypełniali e-kwestionariusze, które trafiły do MyLife i zostały wykorzystane w badaniu podłużnym. Wzięło w nim udział 2916 osób, których średnia wieku wynosiła 14,25 lat, przy czym 56% stanowiły dziewczęta. Nastolatki w kwestionariuszu zgłaszały częstotliwość spożywania napojów energetycznych w ostatnim miesiącu, różne czynniki rodzinne, indywidualne cechy i używanie substancji. Następnie raporty dotyczące spożywania alkoholu połączono w ciągłe zmienne, zestawiając je z kolejnymi danymi.



Bieżące badanie wykazało niewielki związek pomiędzy piciem napojów energetycznych a późniejszym spożyciem alkoholu. Najprawdopodobniej jest to związane z uwzględnieniem wielu zmiennych w perspektywie czasowej. Największe osłabienie związku pomiędzy piciem napojów energetycznych i alkoholu nastąpiło po uwzględnieniu czynników osobowości i używania innych substancji. Sugeruje to, że używanie napojów energetycznych i alkoholu jest zależne od czynników, które w ogóle odpowiadają za podejmowanie przez nastolatki zachowań ryzykownych.

Źródło:

Brunborg G.S., Raninen J., Andreas J.B., [Energy drinks and alcohol among adolescents: A longitudinal study](#), Drug and Alcohol Dependence, vol. 241, December 2022, 109666.