

Ganhar asas ou abrir a felicidade? O consumo de cafeína entre adolescentes

Nicole Alves dos Santos (IC), Rafael de Melo Monteiro (PQ)

PIBIC-EM/PIBIC/PIBITI
Câmpus Águas Lindas
* rafael.monteiro@ifg.edu.br

Palavras Chave: Consumo; Cafeína; Adolescência.

Introdução

A cafeína é a substância psicoativa mais consumida no mundo, de fácil acesso para todo tipo de consumidor, de crianças, adolescentes, jovens e adultos. Além do café, está presente em refrigerantes, chás, chocolate, medicamentos e energéticos. Muitas vezes, o consumo de cafeína associa-se ao estilo de vida e também ao consumo de outras substâncias, como o álcool, o que pode acarretar riscos à saúde. O *marketing* e a propaganda da indústria alimentícia influenciam o uso de produtos cafeínicos, sobretudo porque são associados à valores como o prazer, a vitalidade, a felicidade e aos momentos de comemoração. Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é compreender os efeitos da cafeína entre os adolescentes, tanto do ponto de vista clínico quanto sociocultural.

Metodologia

Revisão bibliográfica a partir de buscas de trabalhos na base de dados do Portal de Periódicos da Capes, em outubro de 2022, nos idiomas português e espanhol. O descritor utilizado foi: “cafeína entre adolescentes”. Nove artigos foram selecionados para análise e discussão.

Resultados e Discussão

Os artigos selecionados foram:

- Uso de cafeína em crianças e adolescentes;
- Bebidas cafeínadas energizantes: efectos neurológicos y cardiovasculares;
- Gostaria de um cafezinho, um chá ou um refrigerante? O uso da cafeína na perspectiva da Redução de Danos entre jovens e adultos;
- Diagnóstico del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes;
- Revisión de la composición de las bebidas energizantes y efectos en la salud percibidos por jóvenes consumidores;
- Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo de Vélez Santander, 2019;
- Prevalencia y factores asociados al consumo de bebidas energéticas en jóvenes de la provincia de Barcelona;

- Conocimientos sobre las bebidas energéticas: una experiencia educativa con estudiantes de secundaria básica de Barcelona, Espanha;
- Prevalencia y patrones de consumo de bebidas energizantes en estudiantes en una universidad colombiana.

Conclusões

Nem sempre o consumidor sabe todos os produtos que contêm cafeína, além do café, que é de uso cotidiano para muitas pessoas. A comercialização dos produtos cafeínicos é facilitada para qualquer público, mesmo que ela seja uma substância psicoativa, com desdobramentos para a saúde e o estilo de vida dos adolescentes. Junto a isso, a indústria alimentícia utiliza o *marketing* e a propaganda para estimular o uso de refrigerantes, café, energéticos, entre outros produtos. Não é a perspectiva proibicionista que contribuirá para a sensibilização e reflexão acerca do uso indiscriminado da cafeína, mas uma postura educativa, de redução de danos.

Agradecimentos

Ao Instituto Federal de Goiás (IFG) e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), pela bolsa de iniciação científica.

CARVALHO, Elaine A. A. et al. Uso de cafeína em crianças e adolescentes. Revista Médica de Minas Gerais. Belo Horizonte, v. 28, p. 1-5, 2018. Disponível em: <http://www.rmmg.org/artigo/detalhes/2323>. Acesso em: 06 jun. 2021.

COELHO, Francisco J. F.; SANTOS, Georgianna, S. dos; SILVA, Maria de L. Gostaria de um cafezinho, um chá ou um refrigerante? O uso da cafeína na perspectiva da Redução de Danos entre jovens e adultos. Research, Society and Development, v. 9, n. 8, p. 1-16, 2018. Disponível em: https://www.academia.edu/72063848/Gostaria_de_um_cafezinho_um_ch%C3%A1_ou_um_refrigerante_O_uso_da_cafe%C3%A9na_na_persp%C3%A9ctiva_da_Redu%C3%A7%C3%A3o_de_Danos_entre_jovens_e_adultos. Acesso em: 16 out. 2022.

MANRIQUE, Clara I.; ARROYAVE-HOYOS, Claudia L.; GALVIS-PAREJA, David. Bebidas cafeínadas energizantes: efectos neurológicos y cardiovasculares. Revista Iatreia, Colômbia, v. 31, n. 1, p. 65-75, jan./mar. 2018. Disponível em: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iatreia/article/view/326194>. Acesso em: 16 out. 2022.

[...]