JOVENS, BEBIDAS ENERGÉTICAS E ÁLCOOL: O QUE OS PAIS PRECISAM SABER?

José Eduardo Marques da Silva[1]

Mara Lins[2]

RESUMO: Este estudo apresenta uma reflexão sobre o aumento do uso de bebidas energéticas (BE) entre os adolescentes. Foi realizada uma revisão da literatura de estudos nacionais e internacionais publicados entre janeiro de 2010 a agosto de 2015, disponíveis *online*. Foram identificados vários riscos para os jovens que utilizam BE, desde efeitos comportamentais a efeitos fisiológicos como os relacionados aos sistemas cérebro e cardiovascular. Observou-se um crescente aumento do uso de BE e de sua associação com bebidas alcoólicas, sugerindo riscos. Foi identificada uma escassez de estudos nacionais que foquem diretamente no tema. Percebeu-se a insuficiência de regulamentação para o uso, além da importância de uma intervenção de gestores públicos, agentes de saúde, educadores e, em especial os pais ou responsáveis. Estes deveriam ser mais informados e conscientes de suas responsabilidades em torno desse problema.

Palavras-chave: Bebidas energéticas. Efeitos das bebidas energéticas. Bebidas energéticas e jovens. Bebidas energéticas e estudantes de ensino médio. Bebidas energéticas e saúde.

INTRODUÇÃO

Na atualidade o uso de bebidas alcoólicas por parte dos jovens é algo que tem sido socialmente mais tolerado e, segundo Locatelli et al. (2012) essa iniciação frequentemente ocorre no próprio ambiente doméstico, com o início do consumo de álcool pelos adolescentes aos 13,5 anos. A popularidade das bebidas energéticas entre os jovens e o consumo concomitante com o álcool tem despertado preocupações nas autoridades (DROSTE et al., 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; PULCHERIO, 2010). Além da relação direta das BE com o álcool estas, por si só, possuem ingredientes que provocam uma série de prejuízos e riscos causados por este produto. Nesse sentido, já existem muitas pesquisas internacionais sobre o tema, porém, poucos estudos nacionais, o que representa uma lacuna, principalmente,

[1]Psicólogo (UNISINOS), especialista em Psicologia Humanista pelo Unilasalle, especialista em Terapia Sistêmica individual, conjugal e familiar pelo CEFI-POA. Docente da Fundação Escola Técnica Liberato Salzano Vieira da Cunha. E-mail: psijoseeduardo@gmail.com.

[2]Psicóloga (PUCRS), Mestre em Psicologia Social (PUCRS), Doutoranda em Psicologia Clínica (UNISINOS). Docente do CEFI-Centro de Estudos da Família e do Indivíduo. E-mail: mara@cefipoa.com.br.

no que se refere à divulgação dos riscos do uso para a população em geral. Considerando o exposto até aqui, foi estabelecida como objetivo principal desse estudo a realização de uma reflexão em torno dos achados de pesquisas internacionais e nacionais relacionadas ao tema das BE e seus efeitos para os jovens. Assim, esta pesquisa, de cunho qualitativo, constituiu-se de uma revisão narrativa de literatura, feita *nas principais bases de dados nacionais e internacionais* datadas de 2010 até 2015, sobre o uso de bebidas energéticas pelos jovens e seus efeitos para a saúde dos mesmos.

1 REVISÃO DE LITERATURA

1.1 Definição de Bebidas Energéticas (BE)

A invenção das BE se deu no início dos anos 60 (GRASSER et al., 2014; ZUCCONI et al., 2013). No entanto, a sua comercialização em massa foi a partir de 1978 na Áustria e 1997 nos EUA, com o produto Red Bull® (ULBRICH et al., 2013; ZUCCONI et al., 2013). Entre os diversos componentes das BE destaca-se a cafeína (BREDA et al., 2014, ULBRICH et al., 2013, ZUCCONI et al., 2013). Um litro de BE pode ter de 70 a 400mg de cafeína (ZUCCONI et al., 2013).

As BE fazem parte do grupo de bebidas adoçadas, porém, diferente dos refrigerantes comuns, são constituídas, normalmente, de cafeína, carboidratos, vitaminas, taurina, entre outros (HIDIROGLU et al., 2013; ULBRICH et al., 2013). Estes produtos não devem ser considerados bebidas isotônicas ou bebidas energéticas esportivas, mais sim alimentos funcionais (ZUCCONI et al., 2013). Estes são aditivados com produtos para oferecer efeitos benéficos à saúde, além das funções nutricionais básicas do próprio alimento. A substância considerada ativa mais comum nas BE é a cafeína.

1.2 Uso de BE segundo estudos estrangeiros

O consumo de BE nos EUA em 2010 chegou a seis bilhões de unidades, sendo que, em 2005, era de 2,3 bilhões (SEPKOWITZ, 2012). Segundo Zucconi et al. (2013), na Europa, 30% dos adultos, 68% dos adolescentes e 18% das crianças usam BE. Em um estudo com jovens norte-americanos de 12 a 17 anos, 9% já tinham usado BE na vida (KUMAR; PARK; ONUFRAK, 2015). Verificando os dados de Zucconi et al. (2013) sobre a população

europeia, percebe-se que, aproximadamente, 16,8% dos adultos e 36,04% dos adolescentes fazem uso de álcool misturado com bebidas energéticas (AMBE).

Em um estudo Italiano (FLOTTA et al., 2014) foi identificado que 68% dos jovens investigados (de 15 a 19 anos) já beberam pelo menos uma lata inteira de BE na vida, sendo que 55% desses usaram nos últimos 30 dias antes da pesquisa e, 46% dos entrevistados fizeram uso de AMBE na vida. Um estudo canadense identificou que 20% dos estudantes do ensino médio pesquisados usaram AMBE (AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013) Segundo Faris (2014) 32,8% dos entrevistados (estudantes do ensino médio norte-americano) que consumiram BE na vida o fizeram sem álcool antes dos 17 anos, e 82,4% beberam AMBE antes dos 19 anos. O estudo ainda concluiu que estes estudantes estavam desinformados sobre os efeitos colaterais das BE. Cheng et al. (2012), em um estudo em Taiwan com adultos, constataram que 38,7% dos homens e 23,3% das mulheres que utilizavam BE alcoólicas (bebidas energéticas que contêm álcool) eram dependentes de álcool.

A regulamentação atual sobre o consumo de BE pode ser considerada insuficiente. Mas, conforme Breda et al. (2014), já existem sinais de procedimentos regulatórios em alguns países como, por exemplo, a obrigação de informar nos rótulos a quantidade de cafeína presente nas bebidas energéticas e a proibição da comercialização. Nesse sentido, o Comitê Científico da Alimentação da Comissão Europeia, em 2003, classificou o consumo de BE: a) meia lata de 250 ml por dia (125 ml) – consumo crônico; b) 1 lata e meia por dia (350ml) – consumo altamente crônico; c) três latas por dia (750ml) – consumo agudo (ZUCCONI et al., 2013).

1.3 O uso de bebidas energéticas no Brasil

Conforme Lopes e Rezende (2014), em sua amostra de estudantes brasileiros do ensino médio, houve um aumento daqueles que já consumiram BE de 9,8%, em 2004, para 25,6%, em 2010. O consumo de BE em Maceió é maior nas escolas privadas do que nas públicas, conforme Lopes e Rezende (2014). Santos (2012) identificou um consumo de 35,4% de uso de AMBE em estudantes de ensino médio (Dourados/MS). Locatelli et al. (2012) identificaram um consumo de 31,6% de AMBE entre os estudantes de ensino médio de escolas privadas (em São Paulo). Em Brasil (2010a), é possível identificar o consumo entre estudantes brasileiros do ensino fundamental e médio: 15,4% dos estudantes utilizaram

AMBE na vida (BRASIL, 2010a). No que se refere ao gênero, o uso de bebidas energéticas é maior entre o grupo masculino (BRASIL, 2010b; LOCATELLI et al., 2012; LOPES; REZENDE, 2014; SANTOS, 2012) sendo que o abuso de álcool também é mais comum entre o mesmo grupo (LOCATELLI et al., 2012).

1.4 Motivos do consumo de BE segundo estudos estrangeiros

Entre os fatores que podem estar relacionados com as motivações para o uso de BE estão aspectos como o do *marketing* agressivo sobre os jovens (BUCK et al. 2013; BREDA et al., 2014) com a divulgação exclusiva dos benefícios da BE (TORPY; LIVINGSTON, 2013) como o de um melhor desempenho mental e físico (esportivo) (HIDIROGLU et al., 2013), insuficiência de regulamentação (BREDA et al., 2014), uso em festas por prazer/diversão/recreação e combinado com outras substâncias (GUNJA; BROWN, 2012; MARZELL, 2011). O objetivo de redução da intoxicação da embriaguez também é um motivador do uso de BE (DROSTE, et al. 2014). O entendimento errôneo de que a BE é uma bebida esportiva também incentiva e naturaliza seu uso por parte daqueles que pensam assim (HIDIROGLU et al., 2013; KUMAR; PARK; ONUFRAK, 2015). O uso de BE ou AMBE pode ser influenciado pelos amigos que utilizam e o aprovam (MARZELL, 2011; VARVIL-WELD et al., 2013). O fato de ter dinheiro para gastar é também um motivador de uso de AMBE (AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013).

1.5 Motivos do consumo de BE segundo estudos nacionais

Nos estudos sobre a realidade brasileira foi possível identificar alguns fatores que podem servir como motivadores para o uso de BE ou AMBE. Para os consumidores é importante a marca, o gosto, a qualidade e a funcionalidade prometida. O uso de BE ou a mistura de bebidas energéticas com bebida alcoólica pode estar relacionado com o modismo, com as propagandas e com a imitação dos adultos (SANTOS, 2012). Outro fator motivador pode ser a inexistência de uma legislação adequada que regulamenta o uso (PULCHERIO, 2010). Tudo se agrava pela facilidade com que se consegue comprar bebidas alcoólicas, bem como com o descompromisso que a sociedade está tendo com a saúde dos jovens através da permissividade para um uso precoce de bebidas alcoólicas e da liberação e aceitação social desse uso (ROSSI, 2013).

1.6 Os efeitos do uso de BE segundo os estudos estrangeiros

Entre os efeitos do uso de cafeína ou BE com doses significativas desta substância destacam-se os riscos ao sistema cardiovascular, como alterações cardiovasculares - arritmias, taquicardias, palpitações, entre outros - e alterações circulatórias (hipertensão) (BREDA et al., 2014; BUCK et al., 2013; GRASSER et al. 2014; HIDIROGLU et al., 2013; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014; KUMAR; PARK; ONUFRAK, 2015; TORPY; LIVINGSTON, 2013; USMAN; JAWAID, 2012). No mesmo sentido, foram identificados efeitos negativos do uso da cafeína/BE sobre o sistema cerebrovascular como convulsões (BREDA et al., 2014; DIKICI et al. 2013; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014) e diminuição do fluxo sanguíneo cerebral (GRASSER et al. 2014).

Considerando outros efeitos fisiológicos e comportamentais do uso de BE/cafeína identificados nesse estudo, destacam-se: o risco aumentado de diabete (BREDA et al., 2014; SEIFERT et al. 2011; TORPY; LIVINGSTON, 2013); agitação/palpitação (GUNJA; BROWN, 2012), ansiedade (IBRAHIM; IFTKHAR, 2014), irritabilidade (BUCK et al., 2013); obesidade (BREDA et al., 2014; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014); cárie (BREDA et al., 2014); erosão dentária (BREDA et al., 2014; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014); problemas renais (TORPY; LIVINGSTON, 2013); distúrbios de sono (HIDIROGLU et al., 2013, TORPY; LIVINGSTON, 2013; WELDY, 2010); perturbações sensoriais (BUCK et al. 2013), distúrbios gastrointestinais (BUCK et al. 2013; GUNJA; BROWN, 2012); doenças hepáticas (IBRAHIM; IFTKHAR, 2014); tremores (BUCK et al. 2013; GUNJA; BROWN, 2012; alucinações (IBRAHIM; IFTKHAR, 2014; GUNJA; BROWN, 2012); impacto na cognição e habilidades motoras, maior sensibilidade à cafeína por pacientes com pânico (IBRAHIM; IFTKHAR, 2014); aumento do risco para as gestantes (ARRIA; O'BRIEN, 2011; BREDA et al., 2014), ideação suicida e risco de morte, depressão, lesões, modificação de comportamento, dependência (BREDA et al., 2014); transtornos de comportamento ou de humor (SEIFERT et al., 2011).

Entre os estudos investigados é evidente a preocupação dos pesquisadores em relação aos riscos do uso de BE e, principalmente, em seu uso feito concomitantemente com o álcool (AMBE) (BREDA et al., 2014; DROSTE et al., 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; MARCZINSKI, 2014; MARCZINSKI et al., 2011; PEACOCK; BRUNO; MARTIN, 2012; WELDY, 2010). Essa relação estreita das BE com o uso do álcool a torna um risco para o uso de outras substâncias (TERRY-McELRATH; O'MALLEY; JOHNSTON, 2014), pois o

álcool normalmente é considerado a porta de entrada para o uso de outras drogas. O consumo de BE rotineiramente está firmemente associado com a dependência ou abuso do álcool (ARRIA et al., 2011; MARCZINSKI, 2014). O consumo de AMBE tem aumentado (MARZELL, 2011) sendo essa forma de uso diferente do consumo de bebidas alcoólicas puras, pois oferece mais riscos (MARCZINSKI, 2014; MARCZINSKI et al., 2011; VERSTER; ALFORD; SCHOLEY, 2013) e seu uso está fortemente ligado ao aumento do consumo de álcool (ARRIA et al., 2011; MARCZINSKI, 2014; MARCZINSKI et al., 2013; McKETIN; COEN, 2014; VARVIL-WELD et al., 2013; VERSTER; ALFORD; SCHOLEY, 2013).

Várias pesquisas realizadas mencionaram preocupações em relação a uma possível embriaguez mascarada (DROSTE et al., 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; MARCZINSKI et al., 2011; PEACOCK; BRUNO; MARTIN, 2012; ULBRICH et al., 2013; VERSTER; ALFORD; SCHOLEY, 2013; WELDY, 2010), a qual se caracteriza pelo fato de que os usuários de BE a utilizam concomitantemente com bebidas alcoólicas para controlar a intoxicação e, sendo assim, passam a ter uma sensação de sobriedade distorcida juntamente com uma diminuição do sono, e possíveis alterações cognitivas e motoras. Situação essa que leva ao aumento do consumo e, consequentemente, ao aumento dos comportamentos de riscos e suas consequências. A este estado de embriaguez distorcido, as pesquisas ainda associaram: prejuízo no julgamento em relação a comportamentos de risco, e riscos aumentados para acidentes e lesões (MARCZINSKI, 2014; MARCZINSKI et al., 2011). Cabe, ainda, destacar que o uso de AMBE por parte dos estudantes do ensino médio canadense foi relacionado a faltas escolares, bem como a notas inferiores em comparação aos que não usam essa mistura (AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013).

1.7 Os efeitos do uso de BE segundo estudos sobre a realidade brasileira

Nas pesquisas sobre a realidade brasileira, não foram encontrados estudos mais específicos sobre os riscos do uso de BE, no entanto, de forma indireta, foi possível estabelecer alguns pontos relevantes a respeito do tema. Em função do elevado consumo de álcool ou AMBE pelos jovens estudantes do ensino médio das escolas particulares de São Paulo, existe entre estes um alto índice de comportamento de risco (LOCATELLI, 2012). Um estudo de Lopes e Rezende (2013; 2010) relacionou ansiedade e uso de BE. Agostini et al. (2014) identificaram o comportamento de risco de usar BE para não ter sono entre jovens de

13 a 16 anos. Conforme Rossi (2013), jovens tem apresentado comportamento abusivo e de risco com o uso do álcool. Este acaba sendo a porta de entrada para o uso de outras substâncias. Não é incomum o uso da cocaína para minimizar o efeito do álcool (ROSSI, 2013), assim como o uso de BE com a intenção de controle da intoxicação alcoólica (DROSTE, et al. 2014).

1.8 Recomendações dos estudos

É importante que os pais ou responsáveis tenham consciência dos riscos do uso de AMBE por parte dos jovens (ARRIA et al., 2011; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014; SEIFERT et al., 2011; TERRY-McELRATH; O'MALLEY; JOHNSTON, 2013; TORPY; LIVINGSTON, 2013; WELDY, 2010). Os estudos apontaram no sentido de que os profissionais da saúde (ARRIA; O'BRIEN, 2011; BREDA et al., 2014; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; SEIFERT et al., 2011; WELDY, 2010), professores (AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013; WELDY, 2010), comunidade em geral (GUNJA; BROWN, 2012), gestores políticos (ARRIA et al., 2011; BREDA et al., 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013), investigadores (ARRIA et al., 2011) devem estar cientes e ter um entendimento do uso de BE ou AMBE por parte dos jovens.

Ibrahim e Iftkhar (2014) destacam a importância de que os profissionais da saúde e agentes políticos questionem os pacientes sobre o uso de BE, mapeando o consumo destas substâncias (IBRAHIM; IFTKHAR, 2014). No mesmo sentido, muitos autores sugerem que o uso de BE pode servir como indicador da existência de outros riscos (ARRIA et al., 2011; AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013; VARVIL-WELD et al., 2013). Assim, os profissionais da saúde devem educar o público sobre os riscos do uso de BE (ARRIA; O'BRIEN, 2011) bem como as pessoas exigir uma rotulagem das BE que informe o teor de cafeína e os riscos do seu consumo (ARRIA et al., 2011; ARRIA; O'BRIEN, 2011; SEPKOWITZ, 2013). Os estudos investigados sugerem, também, uma atenção sobre o *marketing* aplicado às BE (BREDA el al., 2014; GUNJA; BROWN, 2012; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014), sobre a necessidade de restrição de vendas (BREDA el al., 2014; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014) bem como sobre a necessidade de regulamentação de uma forma geral (MARZELL, 2011; PULCHERIO, 2010; SEPKOWITZ, 2013). Além da importância da ciência sobre o tema por parte das diversas instâncias citadas acima, muitos

estudos apontam para a necessidade de conscientização dos próprios jovens sobre os riscos do uso de BE ou AMBE (FLOTTA et al., 2014; GUNJA; BROWN, 2012; IBRAHIM; IFTKHAR, 2014; KUMAR; PARK; ONUFRAK, 2015; TERRY-McELRATH; O'MALLEY; JOHNSTON, 2013).

Ações informando aos consumidores, por exemplo, de que as BE são ineficazes no controle da intoxicação, podendo colocar o consumidor em risco maior ainda (DROSTE et al., 2014), são importantes. Conforme Torpy e Livingston (2013), o limite de cafeína para um adolescente deve ser de 10mg por dia.

Os estudos nacionais de Lopes e Rezende (2014) em Maceió e de Locatelli et al. (2012) em São Paulo apontam para um uso crescente de BE entre os estudantes do ensino médio privado nessas duas capitais. Locatelli et al. (2012) constatam também a existência de comportamentos de risco entre os usuários de AMBE nas escolas da rede privada estudadas. O uso crescente de AMBE por parte dos adolescentes com maior nível socioeconômico intensifica a importância de ações de prevenção direcionadas para esse comportamento de risco. Corroboram para essa constatação os estudos apresentados (incluindo aqui os internacionais) que apontam para uma facilidade de acesso às BE, à existência de uma intensificação no marketing (BUCK et al., 2013; BREDA et al., 2014; SANTOS, 2012), o uso em festas por prazer/diversão/recreação e combinado com outras substâncias (GUNJA; BROWN, 2012; MARZELL, 2011). O fato de que ter dinheiro disponível para gastar é também um motivador de uso de AMBE (AZAGBA; LANGILLE; ASBRIDGE, 2013), assim como a insuficiência de regulamentação (BREDA et al., 2014; PULCHERIO, 2010) e sua popularização entre os jovens (DROSTE et al., 2014; HOWLAND; ROHSENOW, 2013; PULCHERIO, 2010) entre outros fatores.

Por fim, os estudos estrangeiros investigados sugerem que novas pesquisas sejam realizadas (BREDA et al., 2014; HIDIROGLU et al., 2013).

1.9 Um viés sistêmico familiar em relação ao uso de SPA

A abordagem sistêmica sobre o uso de drogas entende o comportamento do usuário como um sintoma da problemática familiar. Segundo a perspectiva sistêmica, o problema não está na droga em si, mas no encontro desta com algum indivíduo em um determinado contexto. Conforme Tobler e Komro (2010), os pais servem de modelo e possuem um papel

importante na prevenção do uso de drogas por seus filhos. A comunicação e o monitoramento adequado podem ser fundamentais para a prevenção do uso e abuso de SPA pelos jovens.

Conforme Olarte-Olarte et al. (2012), foi identificada uma comunicação ineficiente entre pais e filhos e, assim, a falta de uma vinculação adequada com os pais faz com que os jovens procurem novas amizades e um maior uso dos meios de comunicação (TV, internet, etc.) e de jogos (videogame entre outros). A qualidade do tempo livre com os pais é ruim entre os jovens entrevistados que utilizam SPA. Soma-se o fato de os jovens estarem buscando sua independência. Ao destacar o crescente aumento do uso e abuso de álcool por adolescentes, Payá (2011) salienta a importância de se considerar o momento de vida de cada pessoa com uma atenção especial ao período da adolescência como uma fase de alta vulnerabilidade para o uso de alguma substância. Na visão sistêmica, segundo a autora, o uso de drogas pode ser sinal da existência de uma crise, de algo que necessita alguma atenção. Assim, esse comportamento pode acompanhar a fase adolescente no sentido de apontar a crise e a necessidade de atenção às mudanças necessárias para o jovem nessa nova etapa de vida, frente à intensificação do seu processo de individuação. A adolescência é uma fase complexa do ciclo de vida familiar, lugar no qual a renegociação de papéis, regras e limites são fundamentais. Os fatores socioculturais podem, segundo Payá (2011), ser agravantes no uso de substâncias, pois, se a cultura apoia o uso de álcool ou tolera o uso de certas drogas, certamente o consumo será maior e com menor restrição. A falta de educação sobre o tema e estresse relacionados à falta de saúde pela população em uma determinada região podem, também, ser agravantes.

Flórez e Trujillo (2013) realizaram um estudo na Colômbia, que buscou identificar a percepção dos pais sobre o consumo de SPA por parte dos jovens (um total de 326 participantes entre 14 e 19 anos com uma média de 16 anos) bem como a permissividade desses pais em relação a esse uso. Nesse estudo, os autores identificaram que o início do uso de álcool se deu, em média, aos 12 anos. Em relação a permissividades, os adolescentes percebem que o álcool é a substância mais consumida pelos jovens e a mais aprovada pelos pais. Dos jovens entrevistados, 5% relatam beber em casa, 3% relatam que os pais ofereceram aos filhos bebida alcoólica em algum momento da vida. A maioria diz que os pais, em certas ocasiões, permitem o uso em casa por parte dos jovens.

Considerando o mesmo estudo acima citado, o uso frequente de álcool por parte dos pais, a permissão e atitudes favoráveis para que os filhos bebam, são fatores de risco para o consumo problemático de álcool pelos jovens. Nesse sentido, o estudo destaca a importância

de programas que interfiram em âmbito familiar nessa relação de permissividade dos pais para o uso de álcool pelos jovens. Cabe destacar, ainda, que o uso precoce de álcool pelos jovens aumenta o risco de um uso mais abusivo. Assim, em função dessa permissividade identificada, os autores ressaltam a importância da família participar mais no adiamento do uso de bebidas alcoólicas por parte dos jovens menores de idade (FLÒREZ; TRUJILLO, 2013).

Garcia et al. (2011) realizaram um estudo com 657 jovens do ensino secundário e identificaram que 49% desses iniciaram o uso de drogas por meio dos amigos, 14,8% por meio dos familiares e, 36,1% relataram ter iniciado por conta própria. Os principais motivos para o uso: a curiosidade, a pressão dos amigos ou por aborrecimento com os pais.

Em uma investigação qualitativa com famílias de jovens com 12 a 17 anos, usuários de SPA, realizada por Olarte-Olarte et al. (2012), na Colômbia, foram identificadas falhas na educação e acompanhamento dos filhos por parte de seus pais, uma forte influência do grupo de convívio para uso de SPA. Os investigadores concluem que os pais acabam servindo de modelos para o uso de drogas legais e sugerem que é necessário incentivar habilidades de comunicação e de resolução de conflitos para as famílias. A maioria dos jovens que participou da pesquisa conhece os riscos do uso de SPA, mas isso não é motivo para não usar. As complicações familiares e legais (risco de ser pego pelos pais ou pela justiça, o risco de sofrer repreensões, etc.) possuem maior influência como incentivo de não usar. Conforme os autores, os jovens conhecem outros pares que consomem, e estes são fonte de apoio, de distração e companhia. Normalmente, os pais não conhecem os amigos e os locais por eles frequentados. Os motivos para o início do uso de drogas, conforme Payá (2011), podem ser para alívio do tédio, para redução da ansiedade, para superação da depressão ou raiva, entre outros. As pessoas próximas podem acabar contribuindo para a manutenção do uso ou abuso de SPA em função de acobertar ou facilitar o uso. Podem, inclusive, patrocinar o uso para evitar o sofrimento do familiar ou, ainda, por achar que retirar o apoio será mais danoso.

Conforme Costa et al. (2012), a família pode ser considerada incentivadora da dependência química, na medida em que possui algum membro que faça uso de SPA e pode, também, ser incentivadora desse uso em função de ser provocadora de problemas emocionais, a ponto de que o uso de drogas possa ser feito com o intuito de buscar alívio para esse sofrimento, como no caso de lares em que a relação entre pais e filhos é conflituosa. Em um sentido complementar ao exposto acima, conforme Tobler e Komro (2010), a família também é capaz de restringir o uso de SPA, através de um papel preventivo e protetor adequado. “A

família se torna uma estrutura de relevância pelo seu papel de coautora tanto do surgimento do abuso de drogas quanto de criadora de possibilidades de saúde para os seus membros". (PAYÁ, 2011, p. 521)

2 MÉTODO

Este estudo trata-se de uma revisão narrativa de literatura (ROTHER, 2007), através da qual foi realizada uma investigação em mídia eletrônica *online*, nas seguintes bases de dados: BVS, CBRID, NBCI-PCM, NBCI-PUBMED, PePSIC, PUC-RS, SIBI-USP, SCIELO, SENAD. As buscas foram feitas por estudos a partir de janeiro do ano de 2010 até agosto de 2015, os quais continham pelo menos uma vez o termo 'bebidas energéticas' no texto. Foram utilizados os seguintes descritores: "bebidas energéticas"; "efeitos das bebidas energéticas"; "bebidas energéticas e jovens"; "risco das bebidas energéticas"; "bebidas energéticas" and "estudantes de ensino médio"; "bebidas energéticas" and "saúde". Não foram feitas restrições referentes à língua, resultando em estudos da Austrália, Brasil, Canadá, Colômbia, EUA, Itália e Taiwan.

A partir das referências bibliográficas dos estudos encontrados, buscou-se localizar outras pesquisas relacionados ao tema, bem como foram utilizados artigos mais específicos sobre a relação jovens, uso de substâncias psicoativas (SPA) e fatores parentais. Foram aceitos somente artigos científicos, teses de doutorado, dissertações de mestrado e relatórios oficiais de pesquisas institucionais. Não foram considerados resumos. Assim, foram localizados, ao todo, 10 documentos nacionais (dois deles derivam do mesmo estudo – uma tese e um artigo) sendo todos utilizados e, em relação aos estudos estrangeiros, foram selecionados 32. Foram incluídos cinco estudos sobre a relação entre o uso de SPA por parte de jovens e fatores parentais sem focarem diretamente o uso de BE. Ainda foi incluído um estudo sobre a teoria sistêmica na abordagem do uso de drogas para contribuir na análise.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguinte tabela sintetiza o que de mais relevante foi possível constatar de forma respaldada, nesse estudo sobre o uso de BE por parte dos jovens:

TABELA 1

a)	O uso de BE vem aumentando entre os jovens menores de idade.
b)	As bebidas energéticas são constituídas de diversas substâncias, sendo que este conteúdo e sua dosagem nem sempre estão explícitos.
c)	Uma das principais substâncias das BE é a cafeína, sendo que sua concentração, em geral, é alta, podendo oferecer riscos para um jovem consumidor.
d)	A cafeína está relacionada com riscos para o sistema cardiovascular, bem como cerebrovascular.
e)	A Cafeína oferece riscos fisiológicos e comportamentais mais amplos, como para a diabetes, para os rins, fígado, ansiedade, distúrbios do sono, entre outros.
f)	O uso de BE está fortemente relacionado com o uso e abuso de bebidas alcoólicas.
g)	O uso de BE torna o consumo da bebida alcoólicas mais prazeroso.
h)	É comum entre os jovens o uso de AMBE com o motivo de controlar a embriaguez devido ao seu efeito estimulante no sistema nervoso central contra o efeito depressor do álcool.
i)	O uso de BE para controlar a embriaguez é considerado ineficaz e, por isso, leva os jovens a um maior risco, pois pensam estar controlando o uso de álcool e acabam bebendo mais. Isso se intensifica por se manterem mais tempo acordados por conta das BE.
j)	O modismo e os amigos influenciam no aumento do consumo de BE.
k)	Muitos estudos sobre o tema destacam a importância do papel dos pais na orientação e controle do uso de BE por parte dos jovens.
l)	As BE não são bebidas esportivas.
m)	O consumo das BE e seus efeitos estão sendo alvo de estudo em diversos países.
n)	É importante relatar ao médico o quanto o jovem faz uso de BE.
o)	O comportamento dos pais em relação ao uso de bebidas alcoólicas ou destas misturadas com BE pode influenciar positiva ou negativamente o comportamento do filho a respeito do assunto.
p)	É importante os jovens serem esclarecidos sobre os riscos e efeitos colaterais das BE.
q)	O consumo de BE pode ser um indicador de riscos de consumo de outras substâncias.

Ao observar as informações e contextualizações deste estudo, torna-se inevitável uma reflexão sobre o viés sistêmico, ou seja, um olhar para o contexto e as principais relações dos

jovens, os quais têm interferência neste comportamento de uso excessivo das BE. Isso se evidencia na frequência com que os pais são citados como fator importante na prevenção do uso de BE bem como no 'consumo' ou 'não consumo' de qualquer droga por parte dos jovens. Seja essa influência pelo seu papel preventivo, pelo seu exemplo, por sua postura mais ativa de monitoramento ou pela sua postura demasiadamente permissiva. Um olhar por parte dos pais, dos professores, dos agentes de saúde sobre o nível de consumo de BE por parte dos jovens pode apontar a existência de maior ou menor risco de envolvimento do jovem com o uso pesado de bebidas alcoólicas. Pode-se dizer que um maior consumo de BE está relacionado com um maior uso de álcool e consequente risco para o abuso, bem como para a expressão e manutenção de comportamentos de risco relacionados a esse consumo.

O estudo mostrou que o uso de BE está fortemente relacionado com a influência do grupo de amigos, bem como com questões de *status* e busca de prazer. Assim, estabelece-se outra relação sistêmica, na qual o simples fato de estar presente em um determinado grupo, em um determinado espaço pode interferir no aumento do consumo de BE e, consequentemente, de álcool. Da mesma forma, o não convívio com certos grupos ou espaços pode contribuir para a diminuição do uso de BE e, consequentemente, de álcool. Ou seja, uma mudança no que se refere às relações interpessoais, espaços e BE podem interferir no uso de bebidas energéticas e outras substâncias tanto positivamente como negativamente. Questões de regulamentação de consumo, de marketing e de divulgação da composição também podem ser vistas por meio da perspectiva sistêmica, pois, qualquer variação em um desses aspectos pode interferir no consumo de BE.

A identificação do nível de consumo de BE como indicador para possíveis riscos maiores de uso de outras substâncias também pode ser vista sob o aspecto sistêmico. Ou seja, na medida em que profissionais da saúde e familiares procuram mapear o uso de BE por parte dos jovens, estão fazendo uma compreensão que contribui para ações preventivas. Estas poderão ter repercussões sobre todo o sistema, no sentido de prevenir um envolvimento maior com o uso de álcool ou outras drogas. Assim, cabe aos pais, em especial, abrir mão de uma postura permissiva, passando para uma postura ativa de monitoramento, assumindo para si um poder maior de ação.

CONCLUSÕES

Esta investigação evidenciou claramente a existência de poucos estudos nacionais sobre o tema disponíveis de forma *online*, em contraste com os inúmeros estudos estrangeiros (Austrália, EUA, Canadá, Itália, Europa, entre outros). Os resultados revelaram o crescente aumento do uso de BE pelos jovens e os riscos e prejuízos que as BE podem trazer para seus consumidores. Destaca-se também um alto uso de AMBE por parte dos jovens em geral, e um marketing agressivo direcionado a estes indivíduos. A participação dos jovens menores de idade, estudantes do ensino médio no consumo de BE é significativa e em crescimento. O mesmo pode ser dito em relação ao uso de AMBE. O uso de AMBE apareceu no estudo como um comportamento de alto risco para o abuso de álcool, o que pode ser uma porta de entrada para a dependência do álcool, bem como o uso de outras drogas, por exemplo, o uso da cocaína, por alguns jovens, tem a função de controlar a intoxicação (ROSSI, 2013), aumentando a capacidade de beber e festejar mais – mesmo efeito esperado por muitos dos usuários de BE.

Atualmente, percebe-se que é insuficiente a regulamentação existente sobre o tema em todos os aspectos, seja em relação à existência de uma liberdade para um marketing agressivo sobre os jovens, seja em relação à possibilidade de uma rotulagem inadequada (informações insuficientes da composição, dos efeitos adversos, do risco de um uso abusivo, entre outras), bem como em função de uma falta de controle do consumo.

Apesar deste estudo ser consideravelmente abrangente, uma de suas limitações é o fato de não se tratar de uma revisão sistemática de literatura, visto que podem existir outros estudos que abordem o tema e sejam relevantes, em especial na literatura estrangeira. Em literatura nacional foram poucos os estudos relacionados ao tema disponíveis de forma *online*, sendo assim, o estudo sobre a realidade brasileira está fundamentado em uma base de dados não tão significativa quanto o estudo feito na base de dados estrangeira. Nesse sentido, esta pesquisa recomenta que mais estudos nacionais sobre o tema do uso de BE e seus efeitos sejam realizadas, os quais poderão subsidiar ações que protejam os jovens em relação aos efeitos adversos do uso de BE. É fundamental que os políticos e os gestores das políticas públicas tomem conhecimento a respeito da importância do tema e da necessidade de ações protetivas para os jovens e para os consumidores em geral. Aspectos de regulamentação da divulgação e marketing precisam ser abordados e aperfeiçoados, garantindo o detalhamento da composição das BE em seu rótulo.

Os pais, os educadores, os médicos e demais agentes da saúde pública devem estar esclarecidos sobre o tema para poderem colaborar nessa proteção. Em especial, os agentes de

saúde devem utilizar a investigação sobre o consumo de BE por parte dos jovens, como uma ferramenta para identificar maiores riscos do uso de outras substâncias, como o álcool ou outras drogas, podendo atuar de forma mais ágil em relação à saúde das pessoas. É importante estabelecer programas para que os próprios jovens sejam mais informados sobre as BE e seus efeitos. O mesmo se aplica em relação aos pais, os quais devem ser orientados a adotarem uma postura menos permissiva em relação ao uso de SPA por seus filhos, passando a uma atitude de orientação e monitoramento mais claro no que se refere à relação de seus filhos com as BE e com outras SPA, em especial o álcool.

YOUTH ENERGY DRINKS AND ALCHOOL: WHAT DO PARENTS NEED TO KNOW?

ABSTRACT: This study presents a reflection on the increased use of energy drinks (ED) among adolescents. A literature review of national and international studies published between January 2010 and August 2015 identified various risks for young people using ED, from behavioral to physiological effects, such as those related to brain and cardiovascular systems. An increased use of ED in association with alcohol was identified, suggesting risks. A lack of national studies that directly focus on the issue was identified.. Some of the findings in these studies were also insufficient regulatory legislation for ED , the importance of the intervention of public administrators, health workers, educators and, in particular, parents or guardians, who should be more informed and aware of their responsibilities on this problem.

Keywords: Energy drinks. Effects of energy drinks. Energy drinks and young people. Energy drinks and high school students. Energy drinks and health.

REFERÊNCIAS

AGOSTINI, A. et al. Comportamentos de risco entre adolescentes. **Unoesc & Ciência:** ACHS, Joaçaba, v. 5, n. 1, p. 53-62, jan./jun., 2014. Disponível em: http://editora.unoesc.edu.br/index.php/achs/article/view/4477/pdf_27. Acesso em: 16 de maio de 2015.

ARRIA, A.M. et al. Energy drink consumption and increased risk for alcohol Dependence. **Alcohol. Clin. Exp. Res**.: EUA, v. 35, n. 2, p. 365-375, fev., 2011. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3058776/. Acesso em: 12 de abril de 2015.

ARRIA, A.M.; O'BRIEN, M.C. The "High" Risk of Energy Drinks. **JAMA:** EUA, v. 305, n. 6, p.600–601, 25 jan., 2011. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3038341/ Acesso em: 14 de abril de 2015.

AZAGBA, S.; LANGILLE, D.; ASBRIDGE, M. The consumption of alcohol mixed with energy drinks: prevalence and key correlates among Canadian high school students. **CMAJO**: Canadá, vol. 1, n.1, p. E19-E26, 17 jan., 2013. Disponível em: http://www.cmajopen.ca/content/1/1/E19.full . Acesso em: 12 de abril de 2015.

BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **VI Levantamento Nacional sobre o Consumo de Drogas Psicotrópicas entre Estudantes do Ensino Fundamental e Médio das Redes Pública e Privada de Ensino nas 27 Capitais Brasileiras – 2010**/ E. A. Carlini (supervisão) [et. al.], - São Paulo: CEBRID - Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas: UNIFESP - Universidade Federal de São Paulo 2010. SENAD - Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, Brasília – SENAD, 2010a. 503 p.. Disponível em: http://200.144.91.102/sitenovo/conteudo.aspx?cd=644. Acesso em: 13 de Abril de 2015.

BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas**; GREA/IPQ-HC/FMUSP; organizadores Arthur Guerra de Andrade, Paulina do Carmo Arruda Vieira Duarte, Garcia de Oliveira. – Brasília: SENAD, 2010b. 284 p.. Disponível em: http://www.justica.gov.br/central-de-conteudo/politicas-sobre-drogas/relatorios-politicas-sobre-drogas/ilevantamentodrogasuniversitarios-pt-br-2010.pdf/view. Acesso em: 12 de abril de 2015.

BREDA, J. J. et al. Energy drink consumption in Europe: a review of the risks, adverse health effects, and policy options to respond. **Frontiers in Public Health**: EUA, v. 2, p.134, 14 out., 2014. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4197301/. Acesso em: 17 de abril de 2015.

BUCK, R. et al. **Energy Drink Consumption Among Adolescents and Young Adults**: Health Effects and Implications for Practice. 2013. 58 p..Tese de Mestrado. Westminster College, EUA, 2013. Disponível em:http://cdmbuntu.lib.utah.edu/utils/getfile/collection/wc-ir/id/65/filename/66.pdf Acessado em: 02 de maio de 2015.

CHENG, W. et al., 2012. Alcohol Dependence, Consumption of Alcoholic Energy Drinks and Associated Work Characteristics in the Taiwan Working Population. **Alcohol and Alcoholism**: Inglaterra, v. 47, n. 4, p. 372–379, 1 jul., 2012. Disponível em: http://alcalc.oxfordjournals.org/content/47/4/372. Acesso em: 28 de junho de 2015.

COSTA, A. G. et al. Drogas em áreas de risco: o que dizem os jovens. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**: Brasil, v. 22, n. 2, p. 803-819, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-73312012000200021&script=sci_arttext. Acesso em: 06 de outubro de 2015.

DIKICI, S. et al. Do energy drinks cause epileptic seizure and ischemic stroke? **Am J Emerg Med**.: v. 3, n.1, p. 274.e1-4, 2013. Disponível em: http://www.ajemjournal.com/article/S0735-6757(12)00244-6/fulltext. Acesso em: 10 de junho de 2015.

DROSTE, N. et al. Combined Alcohol and Energy Drink Use: Motivations as Predictors of Consumption Patterns, Risk of Alcohol Dependence, and Experience of Injury and Aggression. **Alcohol. Clin. Exp. Res**.: EUA, v. 38, n. 7, p. 2087–2095, jul. 2014. Disponível em: http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/acer.12438/full. Acesso em: 06 de maio de 2015.

FARIS, N. N. **Energy drinks**: factors that influence college students consumption. 2014.Tese de Mestrado. Southern Illinois University Carbondale, EUA, 2014. Disponível em: http://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2413&context=theses. Acesso em: 18 de abril de 2015.

FLÓREZ, I. A., TRUJILLO, A. M., El Consumo de Alcohol en los Adolescentes de Chía y su Percepción del Consumo y de la Permisividad Parental frente al Uso de Sustancias. **Revista colombiana de psicologia**: Bogotá, Colômbia, v. 22 n. 1, p. 41-57, jan. -jun., 2013. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012154692013000100004&script=sci_arttext. Acesso em: 06 de out. de 2015.

FLOTTA, D. et. al. Consumption of Energy Drinks, Alcohol, and Alcohol-Mixed Energy Drinks Among Italian Adolescents. **Alcohol. Clin. Exp. Res**.: EUA, v.38, p. 1654–1661, jun. 2014. Disponível em: http://www.researchgate.net/publication/261476819_Consumption_of_Energy_Drinks_Alcohol_and_Alcohol-Mixed_Energy_Drinks_Among_Italian_Adolescents. Acesso em: 4 de agosto de 2015.

GARCIA, J. J., PILLON, S. C., & SANTOS, M. A. Relações entre contexto familiar e uso de drogas em adolescentes de ensino médio. **Revista Latino-Americana de Enfermagem** : v. 19, n. spe, p. 753-761, 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692011000700013. Acesso em: 06 de outubro de 2015.

GRASSER, E. K. et al. Cardio- and cerebrovascular responses to the energy drink Red Bull in young adults: a randomized cross-over study. **American Journal of Cardiology**: EUA, v.115, n. 2, p. 183-189, 2014. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4175045/. Acesso em: 23 de abr. de 2015.

GUNJA, N; BROWN, J. A. Energy drinks: health risks and toxicity. **Med J Aust**: v.196, n. 1, p. 46-49, ago. 2012. Disponível em: https://www.mja.com.au/journal/2012/196/1/energy-drinks-health-risks-and-toxicity. Acesso em 15 de abril de 2015.

HIDIROGLU, S. et al., 2013. A survey of energy-drink consumption among medical students. **J. Pak Med. Assoc**.: v. 63, n. 7, jul. 2013. Disponível em: http://jpma.org.pk/full_article_text.php?article_id=4290 . Acesso em: 28 de junho de 2015.

HOWLAND, J.; ROHSENOW, D.J. Risks of Energy Drinks Mixed With Alcohol. **American Medical Association**: v. 309, n.3, p. 245-246, jan. 2013. Disponível em: http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1487124. Acesso em: 12 de abril de 2015.

IBRAHIM, N. K.; IFTKAHAR, R. Energy drinks: Getting wings but at what health cost? **Pakistan Journal of Medical Sciences**: v. 30, n. 6, p. 1415–1419, 2014. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4320741. Acesso em: 23 de abril de 2015.

KUMAR, G; PARK, S.; ONUFRAK, S. Perceptions About Energy Drinks Are Associated With Energy Drink Intake Among U.S. Youth. **American Journal of Health Promotion**: v. 29, n. 4, p. 238-244, mar.-abr., 2015. Disponível em: http://ajhpcontents.org/doi/abs/10.4278/ajhp.130820-QUAN-435. Acessado em: 04 de agosto de 2015.

LOCATELLI, D. et. al. Socioeconomic influences on alcohol use patterns among private school students in São Paulo. **Rev. Bras. Psiquiatr. [online]**: v.34, n.2, p. 193-200, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462012000200012&lang=pt .Acesso em: 10 de maio de 2015.

LOPES, A. P.; REZENDE, M. M. Consumo de substâncias psicoativas em estudantes do ensino médio. **Psicol. teor. prat. [online]**: v.16, n.2, p. 29-40, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1516-36872014000200003&script=sci _arttext. Acesso em: 10 de maio de 2015.

LOPES, A. P.; REZENDE, M. M. Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em adolescentes. **Estud. psicol. Campinas [online]**: v.30, n.1, p. 49-56, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2013000100006&script=sci_arttext. Acesso em 10 de maio de 2015.

LOPES, A. P.; REZENDE, M. M. [Orientador]. **Ansiedade e consumo de substâncias em adolescentes**. 2010. Dissertação Mestrado em Psicologia da Saúde. Faculdade de Saúde da Universidade Metodista de São Paulo, São Paulo, São Bernardo do Campo, 2010. Disponível em: http://ibict.metodista.br/tedeSimplificado/tde_arquivos/2/TDE-2011-06-07T134222Z-

945/Publico/Andressa%20Pereira%20LopesCAPA,%20CON...pdf. Acesso em: 15 de junho de 2015.

MARCZINSKI, C. A. Combined Alcohol and Energy Drink Use: Hedonistic Motives, Adenosine, and Alcohol Dependence. **Alcohol. Clin. Exp. Res.**: v. 38, n. 7, p. 1822–1825, jul. 2014. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4107304/ Acesso em: 23 de abril de 2015.

MARCZINSKI, C. A. et al. Mixing an energy drink with an alcoholic beverage increases motivation for more alcohol in college students. **Alcohol. Clin. Exp. Res.**: v. 37, p. 276–283, fev. 2013. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3459310/. Acesso em: 23 de abril de 2015.

MARCZINSKI, C. A. et al. Effects of energy drinks mixed with alcohol on behavioral control: Risks for college students consuming trendy cocktails. **Alcohol. Clin. Exp. Res**.: v.35, n. 7, p.11282–1292, 2011. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3117195/. Acessado em: 4 de agosto de 2015.

MARZELL, M. **Reducing High-risk college drinking: examining the consumption of alcohol-energy drink cocktails among college students**. 2011. Dissertação para Doutorado. Pennsylvania State University, 2011. Disponível em: http://gradworks.umi.com/34/71/3471851.html. Acesso em: 15 de abril de 2015.

McKETIN, R.; COEN, A. The Effect of Energy Drinks on the Urge to Drink Alcohol in Young Adults. **Alcoholism: Clin. Exp. Res**.:, v. 38, n.. 8, p. 2279-2285, ago. 2014. Disponível em: http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/acer.12498/full. Acesso em: 20 de maio de 2015.

OLARTE-OLARTE, M. F. et al. Caracterización familiar de jóvenes consumidores experimentales de sustancias psicoactivas atendidos en el Departamento de Toxicología de Colsubsidio. Colômbia. **Rev. Cienc. Salud: v.**10, n. esp. p. 101-111, 2012. Disponível em: http://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/2031. Acesso em: 06 de outubro de 2015.

PAYÁ,R. Dependência Química na Visão Sistêmica in PAYA,R. (Org.) **Intercâmbio das Psicoterapias**. São Paulo: Roca.2011.

PEACOCK, A.; BRUNO, R.; MARTIN, F. H. The subjective physiological, psychological, and behavioral risk-taking consequences of alcohol and energy drink co-ingestion. **Alcohol. Clin. Exp. Res**.: v. 36, n. 11, nov. 2011 Disponível em:

http://www.researchgate.net/publication/230684349_The_Subjective_Physiological_Psychological_and_Behavioral_Risk-Taking_Consequences_of_Alcohol_and_Energy_Drink_Co-Ingestion. Acesso em: 4 de setembro de 2015.

PULCHERIO, G. Bebidas energéticas – uso indiscriminado? **Revista da AMRIGS**: Porto Alegre, v. 54, n.3, p. 363, jul.-set. 2010. Disponível em: http://www.amrigs.com.br/revista/54-03/024-648_bebidas.pdf. Acesso em: 06 de maio de 2015.

ROTHER, Edna Terezinha (ed.). Revisão sistemática x revisão narrativa. **Acta Paul. Enferm. [online]**: v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002007000200001&script=sci_arttext. Acesso em: maio de 2015.

ROSSI, L. C. de C. **Movendo-se entre a experimentação e a dependência de drogas: o autocontrole do adolescente como componente interveniente**. 2013. Tese doutorado. Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Medicina de Botucatu, São Paulo, Botucatu: [s.n], 2013. Disponível em: http://base.repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/106060/000737853.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 18 de maio de 2015.

SANTOS, E. H. Prevalência do uso de drogas entre estudantes adolescentes de Glória de Dourados, Mato Grosso do Sul. **Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca**: Rio de janeiro, viii, 86 f. : tab, 2012. Disponível em: http://bases.bireme.br/cgibin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=678757&indexSearch=ID. Acesso em: 12 de maio de 2015.

SEIFERT, S. M. et al. Special Article:Health Effects of Energy Drinks on Children, Adolescents, and Young Adults. **Pediatrics peds.:** v. 127, n. 3, mar. 2011. Disponível em: http://pediatrics.aappublications.org/content/127/3/511.full.pdf. Acesso em: 13 de abril de 2015.

SEPKOWITZ, K. A. Energy Drinks and Caffeine-Related Adverse Effects. **JAMA**: v.309, n. 3, p. 243-244, jan. 2013. Disponível em: http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1487123. Acesso em: 14 de abril de 2015.

TERRY-McELRATH, Y. M.; O'MALLEY, P. M.; JOHNSTON, L. D. Energy drinks, soft drinks, and substance use among USsecondary school students. **J Addict Med**: v.8, n. 1, p. 6–13, jan.-fev. 2014. Disponível em: http://europepmc.org/articles/pmc3910223. Acesso em: 16 de maio de 2015.

TOBLER, A. L. & KOMRO, K. A. Trajectories or parental monitoring and communication and effects on drug use among urban young adolescents. **Journal of Adolescent Health**: v. 46, p. 560–568, 2010. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2872631/ Acesso em: 06 de outubro de 2015.

TORPY, J. M.; LIVINGSTON, E. H. Energy Drinks. **JAMA**: EUA, v. 309, n. 3, p.297, 16 jan. 2013. Disponível em: http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1487122. Acesso em: 17 de abril de 2015.

ULBRICH, A. et al. Effects of alcohol mixed with energy drink and alcohol alone on subjective intoxication. **Amino Acids**: v. 45, n. 6 p.1385–1393, 2013. Disponível em: http://link.springer.com/article/10.1007/s00726-013-1603-0#page-1. Acesso em: 20 de maio de 2015.

USMAN A.; JAWAID A. Hypertension in a young boy: an energy drink effect. **BMC Res Notes**: v.5, p.591, 2012. Disponível em: http://www.biomedcentral.com/1756-0500/5/591. Acesso em: 19 de abril de 2015.

VARVIL-WELD, L. et al. Examining the Relationship Between Alcohol Energy Drink Risk Profiles and High-Risk Drinking Behaviors. **Alcohol. Clin. Exp. Res.**: EUA, v. 37, n. 8, p. 1410–1416, Ago. 2013. Disponível em: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3694984/. Acesso em: 10 de abril de 2015.

VERSTER, J. C.; ALFORD, C.; SCHOLEY, A. The AlcoholMixed with Energy Drink Debate: Masking the Facts! A Commentary on “Mixing an Energy Drink with an Alcoholic Beverage IncreasesMotivation forMore Alcohol in College Students” byMarczinski and Colleagues (in press). **Aloholism: Clinical and Experimental Research**: EUA, v. 37, n. 4, Abr. 2013. Disponível em: http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/acer.12004/full. Acesso em: 10 de Junho de 2015.

WELDY, D.L. Risks of Alcoholic Energy Drinks for Youth. **J Am Board Fam. Med**: v. 23, n. 4, p. 555-558, Jul.-Ago. 2010. Disponível em: http://www.jabfm.org/content/23/4/555.full. Acesso em: 15 de abril de 2015.

ZUCCONI, S. et al. Gathering consumption data on specific consumer groups of energy drinks. **Supporting Publications**: EN-394, 190 p., 2013. Disponível em: http://www.efsa.europa.eu/en/supporting/doc/394e.pdf. Acesso em: 12 de abril de 2015.