

# Promozione degli energy drink?

## una campagna istituzionale fuorviante

# cane da guardia

## osservatorio sulla (dis)informazione

Immagine tratta dal sito [www.infoenergydrink.it](http://www.infoenergydrink.it)

questi cocktail, noti per ridurre la percezione dello stato di ebbrezza<sup>6,8</sup>. Le conseguenze di questa ridotta percezione sono pericolose, non solo si è più a rischio d'incidenti stradali, ma si può arrivare più facilmente al coma etilico. Sarebbe opportuno che le iniziative governative, in questo caso rivolte ai giovani, fossero basate **su reali bisogni di salute**, piuttosto che istituzionalizzare delle campagne promozionali travestite da messaggio informativo.

### Perché le Energy Drink non sono salutari!

- contengono caffeina e taurina che possono provocare effetti avversi cardiovascolari e neurologici;
- contengono un alto tenore di zuccheri;
- combinate all'alcool ne nascondono gli effetti tossici.

### Bibliografia

1. Satel S. Am J Drug Alcohol Abuse 2006; 32: 493-502.
2. Grandjean AC et al. J Am Coll Nutr 2000; 19: 591-600.
3. Ministero della gioventù. [www.gioventu.gov](http://www.gioventu.gov) (accesso 06.10.2011).
4. Higgins JP et al. Mayo Clin Proc. 2010; 85: 1033-41.
5. Afss. novembre 2006 Saisine n° 2006-SA-0236.
6. Committee on Nutrition and the Council on Sports Medicine and Fitness. Pediatrics. 2011; 127: 1182-9.
7. Arria AM, O'Brien MC. JAMA 2011; 305: 600-1. Epub 2011 Jan 25.
8. Dialogo sui Farmaci 2011; 3: 139.

### Quale informazione?

Il Ministero della Gioventù, in collaborazione con l'Associazione Italiana dei Produttori di Bevande Analcoliche, ha promosso il sito [www.infoenergydrink.it](http://www.infoenergydrink.it) con l'obiettivo di "favorire il consumo consapevole e responsabile delle Energy Drink"<sup>\*</sup>. Il sito, a detta del Ministero, riporta informazioni attendibili (**solo due citazioni, entrambe sponsorizzate**)<sup>1,2</sup> per sfatare falsi miti e allarmismi infondati da campagne istituzionali<sup>3</sup>. Purtroppo non sono riportati alcuni concetti fondamentali, ad esempio non si fa cenno agli **effetti avversi della caffeina**, uno degli ingredienti di queste bevande, anzi si rileva che non ci sarebbero evidenze scientifiche

per dosi al di sopra i 400 mg. Invece, in letteratura si descrivono reazioni che compaiono in seguito all'assunzione di dosi superiori ai 200 mg (circa due lattine e mezzo), quali insonnia, nervosismo, mal di testa, tachicardia, aritmia e nausea. Questi effetti sono particolarmente evidenti in soggetti suscettibili, quali bambini e adolescenti<sup>4,6</sup>. Nel sito non si cita neppure per la taurina l'effetto potenziante la caffeina nè quello neurotossico<sup>5</sup>. Non si accenna minimamente al rischio di aumento del peso, di obesità o di sviluppare il diabete collegato all'assunzione prolungata di zuccheri semplici<sup>4,5</sup>. Sembra un assurdo, ma nel sito si riporta che non vi è alcuna relazione tra energy drink e consumo di alcool. Come? Probabilmente non è ancora chiaro che sono i giovani dai 15 ai 30 anni i maggiori consumatori di

\* Riportato ne "Il Fatto Quotidiano" del 11/08/2011, pagina 11.