

Grupo
Parlamentario
Socialista
de Cortes
Generales

Grupo
Socialista en
el Congreso

Carrera de San
Jerónimo, 40
28014, Madrid

A LA MESA DEL CONGRESO DE LOS DIPUTADOS

El Grupo Parlamentario Socialista, de conformidad con los artículos 193 y siguientes del Reglamento de la Cámara, presenta la siguiente **Proposición No de Ley sobre “bebidas energéticas”**, para su debate en la en la Comisión Mixta para el Estudio de los Problemas de las Adicciones.

En el Congreso de los Diputados, a 27 de febrero de 2025.

La Diputada
CARMEN ANDRÉS AÑÓN

LA DIPUTADA Y PORTAVOZ ADJUNTA DEL GRUPO PARLAMENTARIO SOCIALISTA
MARIBEL GARCÍA LÓPEZ

LA DIPUTADA Y PORTAVOZ DEL GRUPO PARLAMENTARIO SOCIALISTA
MONTSE MÍNGUEZ GARCÍA

PNLC-008-BEBIDAS ENERGÉTICAS-ADICCIONES-icp-609

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

El Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) sobre los riesgos asociados al consumo de bebidas energéticas, aprobado el 17 de febrero de 2021, ha analizado el riesgo asociado al consumo de este tipo de bebidas, llegando a la conclusión de que no deben estar recomendadas en niños, mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, que debe mejorarse la información al consumidor, promoverse la moderación en su consumo y evitar conductas de riesgo, como su combinación con bebidas alcohólicas.

Según el citado informe, las bebidas energéticas, además de cafeína, suelen contener otros ingredientes como taurina, L-carnitina, glucuronolactona, guaraná, ginseng y vitaminas del grupo B, entre otros. Respecto al contenido de azúcar, suelen aportar hasta 11 g por 100 ml si bien existen presentaciones “sin azúcar”. La cantidad más habitual de cafeína en estas bebidas suele ser de 80 mg/250 ml, es decir, 32 mg/100 ml si bien el rango de concentraciones oscila entre 15 y 55 mg/100 ml. Además, una formulación de bebida energética tipo (250 ml) suele contener 1000 mg de taurina (4000 mg/l), 600 mg de glucuronolactona (2400 mg/l), 18 mg de niacina (72 mg/l), 2 mg de vitamina B6 (8 mg/l), 0,001 mg de vitamina B12 (0,004 mg/l), 6 mg de ácido pantoténico (24 mg/l), 2 mg de tiamina (8 mg/l), 1,65 mg de riboflavina (5,40 mg/l) y 50 mg de inositol (200 mg/l) (EFSA, 2009) (VKM, 2019). Respecto a ingredientes a base de plantas como ginseng, guaraná y ginkgo existe escasa información sobre su contenido. La ingesta elevada y prolongada de algunas de estas sustancias, solas o en combinación, puede tener efectos adversos sobre la salud de las personas consumidoras.

Al contrario de lo que sucede en otros países como Alemania o Dinamarca, en España no existe una regulación específica de estas bebidas, lo que impide acotar tanto los ingredientes que pueden contener como su concentración máxima o combinaciones. Y ello pese a que, además de su relación con el sobrepeso y la obesidad, su ingesta regular se ha asociado a sobredosis de cafeína, hipertensión, pérdida de masa ósea y osteoporosis y otras enfermedades cardiovasculares; o con efectos secundarios como palpitaciones, insomnio, náuseas, vómitos y micción frecuente. En España los requisitos sanitarios exigibles a las bebidas energéticas están regulados por el Real Decreto 650/2011, de 9 de mayo, por el que se aprueba la reglamentación técnico-sanitaria en

materia de bebidas refrescantes que, aunque no define expresamente el concepto de bebida energética, quedarían incluidas en la categoría de “Otras bebidas refrescantes” en las que es posible incorporar cafeína, entre otras materias primas, con la única limitación de no contener alcohol en cantidad superior al 0,5% en volumen. En cambio, otros países como Alemania han incorporado a su marco jurídico una regulación que define las bebidas energéticas como bebidas que contienen cafeína y otras sustancias como taurina, glucoronolactona e inositol, fijando también un límite máximo para algunos de sus ingredientes.

En España, según la última Encuesta sobre uso de drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES), el 47,7% de los estudiantes de 14 a 18 años han tomado bebidas de este tipo en los últimos treinta días. En el grupo masculino, aunque entre los más jóvenes (14 años) ya se observa una prevalencia considerable de estas bebidas (46,1%), se observa un importante incremento entre los de 15 años (52,4%) y pasa a estabilizarse entre los de 16, 17 y 18 años, situándose cerca, aunque sin alcanzar el 60%. El 19,5% de los estudiantes de 14 a 18 años ha mezclado alcohol con bebidas energéticas en los últimos 30 días. Atendiendo al sexo, se observa que la prevalencia es similar entre los alumnos y las alumnas de 14 y 15 años, empezando a ser más habitual su consumo entre los chicos de 16 y 17 años, para atenuarse algo a los de 18 años debido al repunte que se produce en el consumo de las chicas de esa edad. Tanto en el grupo masculino como en el femenino, se observa, en general, un incremento en la prevalencia de consumo a medida que lo hace la edad, si bien, en los hombres se alcanza el máximo a los 17 años, mientras que en las chicas se incrementa hasta los 16-17 años donde se estabiliza, dándose un repunte final entre las de 18 años.

Tabla 15.2. Prevalencia de consumo de bebidas energéticas y de bebidas energéticas mezcladas con alcohol, entre los estudiantes de Enseñanzas Secundarias de 14-18 años, según sexo y edad															
	Total	Sexo		14		15		16		17		14-17		18	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Bebidas energéticas	47,7	54,4	40,7	46,1	39,4	52,4	39,9	58,1	41,4	57,2	41,0	54,0	40,5	59,8	44,2
Bebidas energéticas mezcladas con alcohol	19,5	20,8	18,2	12,0	12,7	16,6	17,0	24,1	20,0	26,8	20,6	20,4	17,8	26,0	23,4

H=Hombres, M=Mujeres
Fuente: E.OEDA. Encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES).

Según el artículo *Caffeinated energy drink consumption among adolescents and potential health consequences associated with their use: a significant public health Hazard*, publicado en la revista Acta Biomédica, por Vincenzo De Sanctis y otros, existe evidencia científica de que el consumo de alcohol mezclado con bebidas energéticas conduce a estados subjetivos alterados, incluida una disminución de la intoxicación percibida, un aumento de la estimulación y un mayor deseo de beber / aumento del consumo de alcohol en comparación con el consumo de alcohol sin mezcla. El efecto de la cafeína sobre la intoxicación puede ser más pronunciado cuando los mezcladores se endulzan artificialmente, es decir, carecen de sacarosa, lo que reduce la tasa de vaciado gástrico del alcohol.

En el Proyecto de investigación dirigido por Mercè Correa: *Impacto de la dosis de cafeína en las "bebidas energéticas" sobre las conductas implicadas en el abuso y adicción al alcohol: interacción de los sistemas de neuromodulación adenosinérgicos y dopaminérgicos*, se sugiere de sus resultados que "las dosis altas de cafeína empeoran los efectos supresores del alcohol y en aquellos sujetos que ya de normal tienen altos niveles de consumo (...) y que la cafeína (a los niveles que contienen las bebidas energéticas) incrementa los riesgos potenciales en la adquisición de conductas que faciliten el abuso del alcohol y que pudieran derivar en adicción a esta sustancia."

Por todo ello el Grupo Parlamentario Socialista presenta la siguiente:

PROPOSICIÓN NO DE LEY

"La Comisión Mixta Congreso-Senado para el Estudio de los Problemas de las Adicciones insta al Gobierno a que, dentro del ámbito de sus competencias, con la colaboración y consenso de las Comunidades Autónomas, entidades locales, organizaciones representativas y profesionales sociosanitarios:

1. Llevar a cabo programas de educación y comunicación con el objetivo de aumentar el conocimiento entre la población, mejorar la percepción del riesgo y minimizar los posibles riesgos asociados al consumo de bebidas energéticas

combinadas con alcohol, considerando de forma diferenciada a los grupos de mayor riesgo como niños/as y adolescentes.

2. Considerar la regulación de la promoción comercial de las bebidas energéticas para evitar que se vinculen directa o indirectamente con el consumo de alcohol.
3. Refinar el análisis de los datos de consumo en las encuestas ESTUDES y EDADES con objeto de conocer tanto la cantidad como la frecuencia en el consumo de este tipo de bebidas.”