

Barrejar begudes energètiques amb alcohol pot incrementar el risc de patir un accident de trànsit

- *Conduir havent ingerit alcohol barrejat amb begudes energètiques pot provocar un fals estat de seguretat en el conductor o conductora, incrementant així les possibilitats de conduir embriagat i patir un accident, segons un estudi de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques i l'Institut de Ciències de la Salut Germans Trias i Pujol que publica l'International Journal of Neuropsychopharmacology*
- *Les begudes energètiques, a causa del seu alt contingut de cafeïna, redueixen l'efecte sedant de l'alcohol, tot i mantenir-se els seus efectes negatius sobre la capacitat per conduir*
- *A la vegada, la combinació de les dues begudes incrementa les concentracions en sang d'alcohol i cafeïna. Els investigadors alerten que aquests efectes poden afavorir les intoxicacions per alcohol en les persones amb menor tolerància a aquestes begudes*

Barcelona, 4 de novembre de 2021. – Barrejar alcohol amb begudes energètiques pot provocar una **predisposició a conduir** malgrat tenir les capacitats per a fer-ho disminuïdes. Així ho revela un estudi publicat per l'*International Journal of Neuropsychopharmacology*, finançat per la [Direcció General de Trànsit](#) (DGT). En el treball han participat investigadors de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM-Hospital del Mar), de l'Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions de l'Hospital del Mar (INAD), de la Unitat de Resonància Magnètica del Servei de Radiologia de l'Hospital del Mar i de l'Institut de Recerca Germans Trias i Pujol (IGTP), així com del CIBER de Fisiopatologia i Nutrició (CIBEROBN).

La combinació de les dues begudes provoca una **falsa sensació de seguretat** en les persones que les consumeixen, segons destaca l'estudi. Per contra, les seves capacitats per a conduir un vehicle continuen afectades per la ingesta d'alcohol. **"L'estudi conclou que la barreja de begudes energètiques amb alcohol, que està molt de moda entre la població més jove, predisposa a conduir sota els efectes de l'alcohol. Però aquestes begudes amb alt contingut de cafeïna no són capaces de contrarestar els efectes perjudicials de l'alcohol sobre diferents habilitats relacionades amb la conducció, com és el temps de reacció o la coordinació entre vista i motricitat"**, explica l'autora principal del treball, la Dra. Clara Pérez-Mañá, actualment investigadora de l'IGTP i que en el moment de realització de l'estudi formava part del Grup de recerca en Farmacologia integrada i neurociències de sistemes de l'IMIM-Hospital del Mar.

L'equivalent a tres combinats

Els investigadors van analitzar el comportament i reaccions de setze voluntaris joves i sans, a qui, en diferents sessions, se'ls subministraven diferents begudes. Només alcohol, 60 grams, l'equivalent a tres combinats, alcohol barrejat amb begudes energètiques, també l'equivalent a tres llaunes o 240 grams de cafeïna, només begudes energètiques o aigua. A tots se'ls va sotmetre a diverses proves subjectives i objectives per analitzar el seu estat i rendiment, així com a analítiques per comprovar les seves concentracions d'alcohol i de cafeïna en sang.

El resultat va ser que, tot i que afegir les begudes energètiques **disminuïa l'efecte sedant de l'alcohol** i millorava lleugerament el rendiment dels voluntaris, les seves concentracions d'alcohol en sang continuaven indicant que **no estaven en condicions de conduir**. De fet, ells mateixos reconeixen estar igual d'embriagats havent ingerit només alcohol o havent-lo ingerit en combinació amb diverses llaunes de beguda energètica. Malgrat això, l'efecte estimulador de les begudes basades en cafeïna els feia estar més predisposats a conduir en cas d'haver de fer-ho.

Nota de premsa

Això comporta un risc elevat de poder patir o provocar un accident de trànsit, ja que les seves capacitats per a conduir estaven clarament afectades per la ingesta alcohòlica. **"Per molt que es combinin les dues begudes, si es condueix, se segueix estant en perill. El fet de barrejar-les fa que se sospesin pitjor les condicions per saber si es pot conduir o no"**, apunta la Dra. Pérez-Mañá. **"En altres estudis d'interacció del consum d'alcohol i psicoestimulants, altres que la cafeïna, realitzats pel mateix grup de recerca, com per exemple la mefedrona o el MDMA (èxtasi), s'ha observat també aquesta dissociació entre la falsa percepció de ser capaç de conduir i el pitjor rendiment quan s'avaluen tasques específiques de la conducció de vehicles"**, apunta el Dr. Rafael de la Torre, últim signant del treball i coordinador del Grup de recerca en Farmacologia integrada i neurociències de sistemes de l'IMIM-Hospital del Mar.

Concentracions d'alcohol més elevades amb les begudes energètiques

Les anàlisis fetes als voluntaris també van revelar que les concentracions d'alcohol en sang eren **més elevades** quan s'havia consumit alcohol amb begudes energètiques. En sang, el pic va ser de 0,75 grams per litre (g/L) amb alcohol sol, i de 0,84 g/L en combinació amb aquestes begudes. Aquestes concentracions es corresponen a un **estat d'embraguesa moderada**. En aire expirat, la prova que es practica per a estimar l'alcoholèmia d'un conductor en un control policial, van ser, respectivament, de 0,38 mg/L i 0,40 mg/L. Cal recordar que els límits legals per a conduir a Espanya són de 0,5 g/L en sang i de 0,25 mg/L en aire expirat. Aquests límits són menors en conductors novells (0,3 g/L i 0,15 mg/L). És la primera vegada que es mostra aquesta relació entre les dues begudes.

També es van incrementar les concentracions de cafeïna en la sang dels voluntaris, ja que l'alcohol inhibeix el seu metabolisme, és a dir, la capacitat del cos per a eliminar-la. Tot plegat suposa un risc afegit en persones amb baixa tolerància a l'alcohol i a la cafeïna, ja que pot afavorir les intoxicacions.

Article de referència

Clara Pérez-Mañá, Julián Andrés Mateus, Patricia Díaz-Pellicer, Ariadna Díaz-Baggerman, Marta Pérez, Mitona Pujadas, Francina Fonseca, Esther Papaseit, Jesús Pujol, Klaus Langohr, Rafael de la Torre, Effects of Mixing Energy Drinks With Alcohol on Driving-Related Skills, *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 2021;, pyab051, <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyab051>

Més informació

Servei de Comunicació IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 mcalsina@imim.es, David Collantes 600402785 dcollantes@hospitaldelmar.cat