GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Begudes energètiques

+ Notícies | 17/02/2014 | 22:56

El consum de 4 begudes energètiques al dia pot causar tremolors i arítmies.

El consum de més de 4 o 5 begudes energètiques al dia pot provocar des de tremolors fins arítmies, han advertit els metges reunits a Barcelona en la 'IX Jornada d'Actualització en Toxicologia Clínica', que ha constatat que el 90 % de les urgències toxicològiques es podrien evitar. Entre el 2 i el 3 per cent de les urgències hospitalàries es deuen a motius toxicològics, segons ha explicat el director de la jornada de Toxicologia Clínica, Santiago Nogué, cap de Toxicologia del Servei d'Urgències de l'Hospital Clínic de Barcelona. Segons aquest especialista, les intoxicacions que acaben a urgències es deuen a diversos motius, des del consum de medicaments o drogues, fins a les picades d'animals o la ingesta de bolets. En total, les urgències d'un hospital com el Clínic de Barcelona registren uns 1.500 pacients a l'any amb processos tòxics aguts.

La clau d'aquestes xifres està, en part, a "la baixa percepció del risc dels consumidors. Normalment ens adonem després que tingui lloc la intoxicació, però gairebé sempre hi ha una possibilitat d'haver evitat amb mesures senzilles", ha dit el doctor Nogué.

Entre les urgències toxicològiques que estan augmentant en els últims anys destaca la relacionada amb l'abús en el consum de begudes energètiques. "No cal prohibir, però qui les consumeixi ha de conèixer els límits", ha aclarit Nogué.

"Encara que varia segons la persona, es recomana no excedir el consum de 400-500 mil•ligrams de cafeïna diaris. En el cas de les begudes energètiques, això significa entre 4 i 5 llaunes al dia, quantitat que moltes vegades se sobrepassa en combinació amb begudes alcohòliques, la qual cosa augmenta el risc d'acabar a urgències", ha alertat Miguel Galícia, metge d'urgències de l' Hospital Clínic.

Segons Galícia, "ja s'estan publicant casos de toxicitat per l'abús de begudes energètiques, des ansietat i tremolors fins arítmies".

Autor: Jesús Domingo Martínez/GN

https://gironanoticies.com/noticia/28288-begudes-energetiques.htm