DOI: https://doi.org/10.46296/gt.v9i18edespsep.0455

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS Y ENERGIZANTES Y SU PERFIL LIPÍDICO EN JÓVENES ADULTOS

CONSUMPTION OF ALCOHOLIC AND ENERGY DRINKS AND LIPID PROFILE IN YOUNG ADULTS

Bautista-Angulo Esteban Fabricio [1]; Rueda-Sandoval Giselle Verónica [2]

[1] Instituto Superior Tecnológico España. Ambato, Ecuador.
Correo: esteban.bautista581@iste.edu.ec. ORCID ID: https://orcid.org/0009-0005-4404-4907

[2] Docente del Instituto Superior Tecnológico España. Ambato, Ecuador.
Correo: giselle.rueda@iste.edu.ec. ORCID ID: https://orcid.org/0009-0006-7778-823X

Resumen

El presente estudio analizó el consumo de bebidas alcohólicas y energizantes y su relación con el perfil lipídico en jóvenes adultos de 18 a 35 años. Esta investigación utilizó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y transversal. La muestra estuvo conformada por 30 participantes de ambos sexos a quienes se les aplicó un cuestionario para identificar los patrones de consumo de bebidas alcohólicas y energizantes, así como la disposición de los mismos para poder evaluar ciertos analitos relacionados con el perfil lipídico. Para lograr cumplir el objetivo de analizar los patrones de consumo de estas bebidas y su importancia como posibles factores asociados al riesgo cardiovascular en jóvenes adultos. Los resultados obtenidos indicaron que el 73,3% de los participantes consumía bebidas alcohólicas, mientras que el 63,3% reportó consumir bebidas energizantes. Asimismo, se evidenció una frecuencia considerable de consumo de ambas bebidas dentro de la población de estudio; estos hallazgos permiten identificar prácticas de consumo que podrían constituir factores de interés para la vigilancia de alteraciones metabólicas y cardiovasculares durante la adultez. La información bibliográfica señala que el consumo de alcohol puede relacionarse con modificaciones en las concentraciones de lipoproteínas, mientras que las bebidas energizantes han sido asociadas con diversos trastornos metabólicos y cardiovasculares.

Palabras claves: bebidas alcohólicas, bebidas energizantes, perfil lipídico, colesterol, triglicéridos.

Abstract

The present study analyzed the consumption of alcoholic and energy drinks and their relationship with the lipid profile in young adults aged 18 to 35 years. This research used a quantitative approach with a non-experimental, descriptive, and cross-sectional design. The sample consisted of 30 participants of both sexes, who were administered a questionnaire to identify patterns of alcoholic and energy drink consumption, as well as their willingness to undergo the evaluation of certain analytes related to the lipid profile. The study aimed to analyze the consumption patterns of these beverages and their importance as potential factors associated with cardiovascular risk in young adults. The results showed that 73.3% of the participants consumed alcoholic beverages, while 63.3% reported consuming energy drinks. Likewise, a considerable frequency of consumption of both types of beverages was observed among the study population. These findings allow for the identification of consumption practices that could constitute factors of interest for monitoring metabolic and cardiovascular alterations during adulthood. The available literature indicates that alcohol consumption may be associated with changes in lipoprotein concentrations, while energy drinks have been linked to various metabolic and cardiovascular disorders.

Keywords: alcoholic beverages, energy drinks, lipid profile, cholesterol, triglycerides.

Información del manuscrito:
Fecha de recepción: 23 de junio de 2026.
Fecha de aceptación: 15 de agosto de 2026.
Fecha de publicación: 23 de septiembre de 2026.

1. Introducción

El consumo de bebidas alcohólicas y energizantes constituye una práctica frecuente en diferentes grupos poblacionales, en especial entre adolescentes y adultos jóvenes, debido a factores sociales, culturales y recreativos. Durante las últimas décadas, las bebidas energizantes han adquirido una mayor presencia en las tiendas por su relación con el incremento de energía, el estado de alerta, así como el rendimiento físico o mental. Estas bebidas suelen contener cafeína, azúcares y otros compuestos estimulantes que pueden llegar a producir efectos en diferentes sistemas del organismo. Por otra parte, el consumo de alcohol continúa siendo un importante problema para la salud pública; esto se debe a su relación con múltiples enfermedades crónicas y ciertos eventos cardiovasculares (Keirns et al., 2021; Medrano-Sánchez et al., 2026). La Organización Mundial de la Salud indica que el consumo de alcohol está relacionado con aproximadamente 2,6 millones de muertes a nivel mundial; esta cifra fue registrada para el año 2019, incluyendo alrededor de 474000 fallecimientos relacionados con enfermedades cardiovasculares (Organización Mundial de la Salud, 2024).

Los adultos jóvenes representan un grupo de interés debido a que durante esta etapa de su vida pueden adquirir hábitos relacionados con la alimentación, la actividad física, y el consumo de sustancias que a largo plazo pueden afectar su salud cardiovascular (Castillo-García et al., 2024; Salinas et al., 2024). Aunque las enfermedades cardiovasculares suelen ser más frecuentes en edades avanzadas, los procesos relacionados con la aterosclerosis pueden comenzar desde etapas muy tempranas. Stone et al. (2022) señalan que en los adultos jóvenes de 20 a 39 años de edad es importante identificar y controlar factores de riesgo cardiovascular desde etapas tempranas, debido a que la exposición prolongada a alteraciones metabólicas como el consumo de alcohol o energizantes puede favorecer el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

Dentro de los factores que se encuentran relacionados con el riesgo cardiovascular encontramos alteraciones del perfil lipídico, que

está comprendido por las concentraciones séricas del colesterol total, colesterol unido a lipoproteínas de baja densidad (LDL-C), colesterol unido a lipoproteínas de alta densidad (HDL-C) y triglicéridos, estas variables nos permiten evaluar alteraciones metabólicas de los lípidos y ayudan a identificar individuos con mayor riesgo cardiovascular (Wilson et al., 2021). La presencia de concentraciones séricas de LDL y triglicéridos altos, así como otras alteraciones lipoproteicas, puede desencadenar procesos de formación de placas ateroscleróticas; por ello, la evaluación de los lípidos sanguíneos en adultos jóvenes puede contribuir a reconocer de forma temprana factores de riesgo que en un inicio sean asintomáticos y pueden tener consecuencias graves a largo plazo (Haslam et al., 2022; Tamaki et al., 2021).Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

El consumo de alcohol puede, de la misma manera, modificar diferentes procesos metabólicos relacionados con el metabolismo de los lípidos. La ingesta de alcohol se ha relacionado con modificaciones en las concentraciones de lipoproteínas y apolipoproteínas, dependiendo de la cantidad consumida, frecuencia, patrón de consumo, características individuales y el estado metabólico del individuo (Wilkens et al., 2022). Según Hwang et al., (2021) señala que el consumo de alcohol puede modificar el perfil lipídico así como la función endotelial y la función renal, mientras que el consumo elevadas de alcohol se relacionan con un incremento del riesgo cardiovascular, de la misma manera una investigación reciente encontró que el consumo de alcohol de hasta 40g/día puede incrementar las concentraciones de apolipoproteína A-I y A-II, aunque no se observaron cambios significativos en la apolipoproteína B lo que evidencia que la respuesta de la apolipoproteína en frente al alcohol es completa y depende de otros factores

El efecto del alcohol sobre el sistema cardiovascular no está limitado a las alteraciones del perfil lipídico, sino que también puede relacionarse con modificaciones de la presión arterial, alteraciones del ritmo cardíaco, inflamación, estrés oxidativo y cambios en la función vascular.

(Kilcoyne & Assaassa, 2023) Describen en su investigación una asociación entre el consumo de alcohol y diferentes alteraciones del ritmo cardíaco, mientras que estudios recientes han indicado que el consumo en exceso de alcohol puede favorecer mecanismos relacionados con eventos cardiovasculares. En los adultos jóvenes, estos efectos adquieren especial relevancia debido a que la exposición repetida a factores de riesgo puede contribuir al desarrollo progresivo de alteraciones cardiovasculares aun cuando no existan manifestaciones clínicas evidentes.

De manera paralela, el consumo de bebidas energizantes ha llegado a aumentar entre los adolescentes y también a los adultos jóvenes, estas bebidas suelen combinar la cafeína con azucares u otros ingredientes estimula antes, lo que puede generar efectos metabólicos y cardiovasculares, de la misma manera se ha identificado que el consumo de bebidas energizantes es frecuentes entre personas jóvenes y que por sus efectos en la salud de los consumidores requiere de una vigilancia más estricta, ya que las bebidas energizantes presentan una composición caracterizada principalmente por cafeína, azucares y diferentes estimulantes lo que aumenta la necesidad de seguir investigando sobre sus efectos (Ajibo et al., 2024a; Khouja et al., 2022).

El colesterol total representa la cantidad global de colesterol que se encuentra presente en la sangre y está compuesto principalmente por colesterol transportado por diferentes tipos de lipoproteínas, aunque el colesterol es indispensable para las funciones fisiológicas como la formación de membrana celular, síntesis de hormonas esteroideas y producción de ácidos biliares, una concentración elevada puede reflejar alteraciones en el metabolismo lipídico (Faulkner & Jo, 2022). Para una correcta interpretación, es necesario considerar sus fracciones, como el LDL y el HDL, debido a que cada una de estas fracciones participa de forma diferente en el transporte del colesterol. Por ello, la valoración individual del colesterol total puede ser insuficiente para caracterizar completamente el estado lipídico del organismo de un individuo; por ello,

es recomendable analizar en conjunto las fracciones del colesterol (Ray et al., 2022).

El colesterol LDL constituye una de las principales formas de transporte del colesterol desde el hígado hacia los tejidos, cuando sus concentraciones están altas, aumenta la disponibilidad de colesterol para ser incorporado a los tejidos y puede favorecer su acumulación en la pared arterial, por esta causa el LDL es considerado uno de los principales analitos utilizados para la valoración metabólica del colesterol, sus concentraciones puede estar influenciadas por factores genéticos, alimentación, composición corporal y diferentes hábitos de vida, en la población joven la identificación de valores elevados de LDL es relevante para su interpretación porque permite conocer alteraciones metabólicas en una etapa donde posiblemente no presenta manifestaciones clínicas (Dalal & Khan, 2024; Reyes-Soffer et al., 2022).

Por otro lado el colesterol HDL participa principalmente en el transporte reverso del colesterol, un proceso mediante el cual el colesterol presente en los tejidos periféricos es transportado hacia el hígado para poder ser metabolizado y luego eliminado, debido a este proceso las concentraciones de HDL son consideradas un componente importante dentro de la evaluación del perfil lipídico, pero su interacción debe ser realizada en conjunto con el resto de los parámetros bioquímicos, debido a que un valor de HDL determinado no nos permite establecer por sí solo el estado metabólico de una persona, la relación entre estos metabolitos como el HDL, LDL, triglicéridos y colesterol total ayuda a proporcionar información más compleja del comportamiento del metabolismo de los lípidos (Zanotti et al., 2022).

Los triglicéridos por su parte es una de las principales formas de almacenamiento de energía en el tejido adiposo y circulan en la sangre en conjunto con las lipoproteínas como los quilomicrones y las lipoproteínas de muy baja densidad (VLDL), su concentración puede aumentar como consecuencia de diversos factores, los mas comunes tenemos una elevada ingesta de carbohidratos simples y azucares,

exceso de calorías, alteraciones metabólicas y consumo de alcohol, el consumo de bebidas alcohólicas representa por tanto un factor de interés al estudiar las modificaciones del perfil lipídico, el alcohol puede llegar a intervenir en diferentes procesos relacionados con el metabolismo hemático de los lípidos y modificar las concentraciones de ciertas lipoproteínas y apolipoproteínas, estas modificaciones no necesariamente son iguales para todos los componentes del perfil lipídico y pueden depender de la cantidad y frecuencia del consumo de alcohol, la cantidad de consumo así como el tiempo de consumo, por ello el alcohol es considerado únicamente como un factor asociado con enfermedades cardiovasculares (Borén & Taskinen, 2022; Khatiwada et al., 2025).

De manera similar, las bebidas energizantes son un producto de interés debido a su composición, ya que suelen contener cafeína y otros compuestos estimulantes y, según su formulación, cantidades variables de azúcares añadidos. El consumo frecuente de bebidas con una alta cantidad de azúcares puede asociarse con cambios en el metabolismo energético y lipídico, en especial cuando se integra en una alimentación con un aporte calórico elevado. Por ello, analizar su consumo junto con la determinación de triglicéridos y colesterol permite explorar la posible relación entre determinados patrones de ingesta y las variaciones observadas en los principales parámetros del perfil lipídico. El consumo combinado de bebidas alcohólicas y energizantes sigue siendo otro aspecto que merece atención, debido a que la ingesta simultánea de ambos productos puede ocasionar patrones de consumo distintos de lo que se presentan cuando se ingieren por separado. (Nikniaz et al., 2021).

Entre los adultos jóvenes, este comportamiento puede desarrollarse en contextos sociales y recreativos, por lo que resulta importante identificar la frecuencia de consumo y relacionarla con los valores obtenidos en los analitos lipídicos. Por otro lado, la determinación de colesterol total, colesterol LDL, colesterol HDL y triglicéridos proporciona información medible sobre las características del perfil lipídico de los participantes. La

evaluación conjunta de estos analitos permite identificar alteraciones como concentraciones elevadas de colesterol total, LDL-C o triglicéridos, así como valores reducidos de HDL-C. Al relacionar estos resultados con los patrones de consumo de bebidas alcohólicas y energizantes, es posible explorar la existencia de asociaciones entre dichas conductas y las variaciones observadas en los parámetros bioquímicos (De Giorgi et al., 2022).

Objetivo general

Analizar la relación entre el consumo de bebidas alcohólicas y energizantes y el perfil lipídico en jóvenes adultos, identificando posibles alteraciones que puedan estar asociadas con el riesgo cardiovascular.

2. Metodología

El presente estudio se desarrolló bajo un diseño experimental, observacional, descriptivo, correlacional y de corte transversal, con un enfoque cuantitativo, este diseño permitió analizar los patrones que presentaron en el consumo de bebidas alcohólicas y energizantes y su posible relación con el perfil lipídico de los participantes en la investigación, la población estuvo conformada por 30 adultos jóvenes, con edades comprendidas entre los 18 a 35 años de edad seleccionados de acuerdo a los criterios de inclusión establecidos en la investigación, para la recopilación de información se empleó una encuesta estructurada, mediante la cual se obtuvieron datos relacionados con el consumo de bebidas alcohólicas y energizantes donde se consideró la frecuencia de consumo y la característica de consumo.

Para la evaluación del perfil lipídico se obtuvieron muestras de sangre venosa de los participantes, siguiendo las condiciones de bioseguridad para una correcta toma de muestra y para ser transportadas al laboratorio de Sercomuna para su procesamiento y para realizar la determinación de colesterol total, colesterol LDL, colesterol HDL y triglicéridos mediante pruebas bioquímicas. Los resultados fueron registrados junto con la información obtenida mediante una encuesta estructurada y registrados en una base de datos de Excel 2019, donde se realizó el análisis estadístico y se

estableció la asociación entre los patrones de consumo y los resultados de los analitos evaluados.

3. Resultados

Se analizaron los datos de 30 jóvenes, de los cuales 16 (53,3 %) eran mujeres y 14 (46,7 %) eran hombres. En cuanto a la concentración de colesterol, 27 (el 90%) tenían valores normales —es decir, menores de 200 mg/dL— y solo 3 (el 10%) tenían valores elevados o excesivos. En las mujeres, el porcentaje de mujeres con niveles normales de colesterol se situó en el 87,5 %, mientras que el porcentaje de hombres con niveles normales fue del 92,9 %.

Por otro lado, en cuanto a la concentración de triglicéridos, 18 participantes (60 %) tenían valores normales: menos de 150 mg/dL. Una parte más pequeña, es decir, 12 personas (40 %), tenía niveles elevados de triglicéridos. En esta categoría, el número de mujeres con niveles normales de triglicéridos (11) fue superior al de las mujeres con niveles elevados (5). Sin embargo, entre los hombres, una parte más pequeña de ellos tenía niveles típicos de triglicéridos; concretamente, el 50 % tenía niveles normales, el 14,3 % presentaba niveles ligeramente elevados (150-199 mg/dL) y el 35,7 % tenía niveles significativamente elevados. Teniendo esto en cuenta, es posible afirmar que los hombres experimentan mayores desequilibrios en la concentración de triglicéridos que las mujeres.

Por lo tanto, según los resultados obtenidos, en la muestra objeto de estudio predomina la concentración elevada de triglicéridos, mientras que solo un pequeño porcentaje de encuestados presenta niveles elevados de colesterol. Los valores más altos registrados para ambos parámetros fueron de 213,92 y 288,36 mg/dL, respectivamente. Así pues, se pueden considerar anomalías en uno o ambos parámetros en una proporción considerable de los casos analizados. Teniendo esto en cuenta, se puede concluir que, al determinar la gravedad de dichas anomalías, se debe prestar más atención a las concentraciones de triglicéridos que a las de colesterol.

Tabla. *Resultados de colesterol y triglicéridos*

Parámetro	**Menor valor registrado (mg/dL)**	**Mayor valor registrado (mg/dL)**	**Género**	**Resultado más frecuente**	**Resultado menos frecuente**
Colesterol	143,2	213,92	Masculino	Normal: 27 (90 %)	Elevado: 3 (10 %)
			Femenino	Normal: 87,5 %	Elevado:16(53,3%)
Triglicéridos	48,54	288,36	Masculino	Normal: 18 (60 %)	Elevado: 12 (40 %)

Nota. Se consideraron normales los valores de colesterol menores de 200 mg/dL y los de triglicéridos menores de 150 mg/dL.

1. Características Sociodemográficas

La muestra evaluada estuvo conformada por un total de N = 30 participantes. En la tabla 1 se detallan las características sociodemográficas de la población de estudio. Se observó un predominio de adultos jóvenes en el rango de 18 a 24 años (90,0%, n=27), seguido por el grupo de 25 a 29 años (6,7%, n=2) y de 30 a 35 años (3,3%, n=1). En cuanto a la distribución por sexo, se registró una composición equitativa con una leve prevalencia del sexo femenino (53,3%, n=16) sobre el masculino (46,7%, n=14).

Tabla 1*. Características sociodemográficas de los participantes*

Variable	**Categoría**	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Edad	18 a 24 años	27	90,0%
	25 a 29 años	2	6,7%
	30 a 35 años	1	3,3%
Sexo	Femenino	16	53,3%
	Masculino	14	46,7%
Total		30	100,0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recolectados mediante un formulario de Google Forms

2. Frecuencia y patrones de consumo de bebidas alcohólicas y energizantes

Respecto al consumo individual de bebidas alcohólicas, el 73,3% de los encuestados reportó consumir alcohol en algún grado (ocasionalmente 30%, a veces

26,7% y a menudo 16,7%), mientras que el 26,7% afirmó no consumir nunca. Al evaluar el consumo con eventos o reuniones sociales, el consumo regular u ocasional incrementó notablemente, alcanzando un 76,7% acumulado. Asimismo, un 56,7% de la muestra admitió ingerir alcohol en cantidades elevadas con diversa periodicidad (26,7% a veces, 16,7% ocasionalmente y 13,3% a menudo).

Por otro lado, el consumo de bebidas energizantes fue reportado por el 63,3% de los participantes (23,3% ocasionalmente, 23,3% a veces y 16,7% a menudo). El consumo de estas sustancias en cantidades elevadas presentó una prevalencia del 46,7%. Un hallazgo relevante radica en la práctica combinada de ambas sustancias: un 26,7% de los individuos refirió mezclar bebidas alcohólicas con energizantes en una misma ocasión (16,7% ocasionalmente, 6,7% a menudo y 3,3% a veces).

Tabla 2. *Patrones y frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas y energizantes*

Categoría	Frecuencias y porcentajes							
	Nunca	%	Ocasionalmente	%	A veces	%	A menudo	%
Consumo individual de bebidas alcohólicas	8	26,7%	9	30%	8	26,7%	5	16,7%
Consumo de alcohol en cantidades elevadas	13	43,3%	5	16,7%	8	26,7%	4	13,3%
Consumo de bebidas energizantes	11	36,7%	7	23,3%	7	23,3%	5	16,7%
Consumo combinado de bebidas alcohólicas y energizantes	22	73,3%	5	16,7%	1	3,3%	2	6,7%

Nota. Las frecuencias se calcularon sobre una muestra de 30 participantes. En los indicadores reportados únicamente como prevalencia acumulada, la categoría complementaria se obtuvo por diferencia respecto del 100%.

3. Disposición hacia el tamizaje clínico y prevención de riesgo cardio metabólico

A pesar de la presencia de hábitos de consumo de riesgo en un sector sustancial de la muestra, se identificó una actitud marcadamente

positiva hacia la prevención de la salud metabólica. El 76,7% (n=23) de los encuestados manifestó estar completamente dispuesto a someterse a una prueba sanguínea para determinar sus niveles de colesterol y triglicéridos. Un 16,7% (n=5) respondió de manera indecisa (tal vez), y únicamente un 6,7% (n=2) expresó una postura negativa ante dicho examen clínico.

Tabla 3. *Disposición hacia el tamizaje clínico y prevención de riesgo cardio metabólico*

Ítem	Opción de respuesta	Frecuencia	Porcentaje
¿Estaría dispuesto a realizarse un examen de sangre para conocer sus niveles de colesterol y triglicéridos?	Si	23	76,7%
	No	5	16,7%
	Talvez	2	6,7%
Total		30	100,0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recolectados mediante un formulario de Google

4. Discusión

Los resultados obtenidos muestran que el consumo de bebidas alcohólicas está presente en una gran proporción de la población de estudio. Se evidencia que el 73,3% de los participantes indicó consumir alcohol con alguna frecuencia, mientras que el 26,7% indicó no hacerlo. Este resultado es de suma importancia al considerar que el alcohol puede influir sobre diferentes procesos relacionados con el metabolismo de los lípidos. Estudios recientes han demostrado que el consumo de alcohol puede producir alteraciones en determinadas apolipoproteínas relacionadas con el transporte del colesterol; esto concuerda con el estudio realizado por Khatiwada, donde se encontró que un consumo de 40 g de alcohol al día incrementó las concentraciones de apolipoproteínas A-I y A-II, aunque no se observaron cambios significativos en apolipoproteína B (Khatiwada et al., 2025). Este hallazgo es relevante debido a que evidencia que la respuesta metabólica de los lípidos al alcohol puede variar según la cantidad consumida.

Mientras que los analitos pertenecientes al perfil lipídico, como el colesterol total, HDL, LDL y triglicéridos, son parámetros fundamentales para la valoración metabólica de los lípidos, el LDL participa en el transporte de

colesterol hacia los tejidos, mientras que el HDL interviene en el transporte reverso del colesterol. (Borén & Taskinen, 2022). Estudios respaldan esta información debido a que señalan que el consumo de alcohol puede acompañarse de modificaciones en algunos analitos; asimismo, identifico que los cambios en el consumo de alcohol se asocian con variaciones en el HDL, LDL, triglicéridos y colesterol total (Park & Park, 2026).

En cuanto al consumo de alcohol durante reuniones o eventos sociales, el 76,7% de los participantes indicó hacerlo ocasionalmente, a veces o a menudo. Estos resultados nos permiten identificar los espacios sociales que se frecuentan para el consumo de alcohol en adultos jóvenes. Este dato tiene concordancia con el estudio de Ajibo et al. (2024b), donde se identificó que el consumo de bebidas energizantes puede estar en el mismo ambiente que el consumo de alcohol y otros comportamientos relacionados. El autor también indicó que, al incluir a 57 personas, encontró una asociación frecuente entre el consumo de bebidas energizantes y el consumo de alcohol, así como episodios de consumo en exceso.

En cuanto a las bebidas energizantes, el 63,3% de los participantes indicó consumirlas con alguna frecuencia y el 46,7% indicó hacerlo en cantidades elevadas. Estos resultados muestran que las bebidas energizantes representan un habito importante dentro del grupo sometido a la investigación, esta información concuerda con los resultados obtenidos en otras investigaciones donde encontró que una elevada presencia del consumo de bebidas energizantes entre los jóvenes y niños presento una asociación con diferentes patrones de consumo de este tipo de sustancias donde se incluyó el alcohol, de manera similar otra investigación ha señalado que estas bebidas suelen contener cafeína, azucares y otros componentes que pueden producir efectos en el metabolismo de los lípidos en especial cuando el consumo de estas sustancia es de manera frecuente (Khatiwada et al., 2025; Khouja et al., 2022).

La relación entre las bebidas energizantes y el perfil lipídico debes

ser interpretado considerando principalmente su contenido de azúcares añadidos, así lo indica una investigación científica publicada en el 2022 donde se encontró que un mayor consumo de bebidas azucaradas se asociaba con concentraciones superiores de LDL y enormes concentraciones de HDL en niños y jóvenes (Haslam et al., 2022).

5. Conclusiones

La presente investigación nos permitió identificar que el consumo de bebidas alcohólicas y energizantes está presente de manera considerable entre adultos jóvenes. Del total de participantes, el 73,3% manifestó consumir bebidas alcohólicas con alguna frecuencia, mientras que el 63,3% indicó consumir energizantes. Estos resultados evidencian que ambos tipos de bebidas forman parte de los hábitos de consumo de la población en estudio.

De la misma manera se observó que el consumo de bebidas alcohólicas se encuentra relacionado principalmente con eventos sociales como reuniones, mientras que una proporción importante de participantes manifestó un consumo elevado de bebidas energizantes. Estos patrones obtenidos muestran factores de interés para futuras investigaciones orientadas a evaluar su posible relación con alteraciones del metabolismo de los lípidos.

Mientras que el perfil lipídico, se evidencio la importancia de la evaluación del perfil lipídico en especial analitos como el colesterol total, colesterol HDL, colesterol LDL y triglicéridos en adultos jóvenes y finalmente se pudo evidenciar que el 76,7% de los participantes manifestó disposición para realizarse análisis de sangre para conocer sus niveles de colesterol y triglicéridos, este resultado muestra el interés hacia el control de estos parámetros y respalda la necesidad de desarrollar estudios posteriores con muestras más amplias y mediciones bioquímicas para los analitos relacionado con el metabolismo de los lípidos.

Bibliografía

Ajibo, C., Van Griethuysen, A., Visram, S., & Lake, A. A. (2024a). Consumption of energy drinks by children and young people: a systematic review examining evidence of physical effects and consumer attitudes. *Public Health*, *227*, 274–281. https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.08.024

Ajibo, C., Van Griethuysen, A., Visram, S., & Lake, A. A. (2024b). Consumption of energy drinks by children and young people: a systematic review examining evidence of physical effects and consumer attitudes. *Public Health*, *227*, 274–281. https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.08.024

Borén, J., & Taskinen, M. R. (2022). Metabolism of Triglyceride-Rich Lipoproteins. *Handbook of Experimental Pharmacology*, *270*, 133–156. https://doi.org/10.1007/164_2021_520

Castillo-García, A., Valenzuela, P. L., Saco-Ledo, G., Carrera-Bastos, P., Ruilope, L. M., Santos-Lozano, A., & Lucia, A. (2024). Lifestyle and cardiovascular risk in working young adults: insights from a nationwide Spanish cohort. *Revista Española de Cardiología (English Edition)*, *77*(10), 821–831. https://doi.org/10.1016/j.rec.2024.02.006

Dalal, J. J., & Khan, T. (2024). Managing dyslipidaemia in young adults. *Indian Heart Journal*, *76*(Suppl 1), S101–S103. https://doi.org/10.1016/j.ihj.2023.11.265

De Giorgi, A., Valeriani, F., Gallè, F., Ubaldi, F., Bargellini, A., Napoli, C., Liguori, G., Romano Spica, V., Vitali, M., & Protano, C. (2022). Alcohol Mixed with Energy Drinks (AmED) Use among University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*, *14*(23), 4985. https://doi.org/10.3390/NU14234985/S1

Faulkner, R., & Jo, Y. (2022). Synthesis, function, and regulation of sterol and nonsterol isoprenoids. *Frontiers in Molecular Biosciences*, *9*. https://doi.org/10.3389/FMOLB.2022.1006822

Haslam, D. E., Chasman, D. I., Peloso, G. M., Herman, M. A., Dupuis, J., Lichtenstein, A. H., Smith, C. E., Ridker, P. M., Jacques, P. F., Mora, S., & McKeown, N. M. (2022). Sugar-Sweetened Beverage Consumption and Plasma Lipoprotein Cholesterol, Apolipoprotein, and

Lipoprotein Particle Size Concentrations in US Adults. *The Journal of Nutrition*, *152*(11), 2534. https://doi.org/10.1093/JN/NXAC166

Hwang, C. L., Piano, M. R., & Phillips, S. A. (2021). The effects of alcohol consumption on flow-mediated dilation in humans: A systematic review. *Physiological Reports*, *9*(10). https://doi.org/10.14814/PHY2.14872

Keirns, B. H., Sciarrillo, C. M., Koemel, N. A., & Emerson, S. R. (2021). Fasting, non-fasting and postprandial triglycerides for screening cardiometabolic risk. *Journal of Nutritional Science*, *10*, e75. https://doi.org/10.1017/JNS.2021.73

Khatiwada, A., Christensen, S. H., Rawal, A., Dragsted, L. O., Berg-Beckhoff, G., & Wilkens, T. L. (2025). Effect of moderate alcohol intake on blood apolipoproteins concentrations: A meta-analysis of human intervention studies. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, *35*(7). https://doi.org/10.1016/j.numecd.2025.103854

Khouja, C., Kneale, D., Brunton, G., Raine, G., Stansfield, C., Sowden, A., Sutcliffe, K., & Thomas, J. (2022). Consumption and effects of caffeinated energy drinks in young people: an overview of systematic reviews and secondary analysis of UK data to inform policy. *BMJ Open*, *12*(2), e047746. https://doi.org/10.1136/BMJOPEN-2020-047746

Kilcoyne, J., & Assaassa, A. (2023). Alcohol and Cardiac Arrythmias: A Review of the Current Data. *Reviews in Cardiovascular Medicine*, *24*(4). https://doi.org/10.31083/J.RCM2404105

Medrano-Sanchez, E. J., Gutierrez-Berrocal, C. A., Gonzales-Aguilar, L. C., Huaman, M. A., Monteza, K. C., & Ayllon, M. L. (2026). Energy Drinks and Cardiovascular Health: A Critical Review of Recent Evidence. *Beverages*, *12*(1), 4. https://doi.org/10.3390/BEVERAGES12010004/S1

Nikniaz, L., Abbasalizad-Farhangi, M., Vajdi, M., & Nikniaz, Z. (2021). The association between Sugars Sweetened Beverages (SSBs) and lipid profile among children and youth: A systematic review and dose-response meta-analysis of cross-sectional studies. *Pediatric Obesity*, *16*(7).

https://doi.org/10.1111/IJPO.12782

Organizacion Mundial de la Salud. (2024, June 25). *Alcohol*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol

Park, S., & Park, B. (2026). Changes in alcohol consumption and their association with lipid profiles among Korean adults aged 40-69 years: the Korea Genome and Epidemiology Study. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, *36*(7). https://doi.org/10.1016/j.numecd.2026.104643

Ray, K. K., Ference, B. A., Séverin, T., Blom, D., Nicholls, S. J., Shiba, M. H., Almahmeed, W., Alonso, R., Daccord, M., Ezhov, M., Olmo, R. F., Jankowski, P., Lanas, F., Mehta, R., Puri, R., Wong, N. D., Wood, D., Zhao, D., Gidding, S. S., … Santos, R. D. (2022). World Heart Federation Cholesterol Roadmap 2022. *Global Heart*, *17*(1), 75. https://doi.org/10.5334/GH.1154

Reyes-Soffer, G., Ginsberg, H. N., Berglund, L., Duell, P. B., Heffron, S. P., Kamstrup, P. R., Lloyd-Jones, D. M., Marcovina, S. M., Yeang, C., & Koschinsky, M. L. (2022). Lipoprotein(a): A Genetically Determined, Causal, and Prevalent Risk Factor for Atherosclerotic Cardiovascular Disease: A Scientific Statement From the American Heart Association. *Arteriosclerosis, Thrombosis, and Vascular Biology*, *42*(1), E48–E60. https://doi.org/10.1161/ATV.0000000000000147

Salinas, M., Torreblanca, R., Sanchez, E., Blasco, Á., Flores, E., & López-Garrigós, M. (2024). Managing laboratory test ordering: a challenge in the new laboratory medicine model. *Advances in Laboratory Medicine*, *5*(3), 236. https://doi.org/10.1515/ALMED-2024-0085

Stone, N. J., Smith, S. C., Orringer, C. E., Rigotti, N. A., Navar, A. M., Khan, S. S., Jones, D. W., Goldberg, R., Mora, S., Blaha, M., Pencina, M. J., & Grundy, S. M. (2022). Managing Atherosclerotic Cardiovascular Risk in Young Adults: JACC State-of-the-Art Review. *Journal of the American College of Cardiology*, *79*(8), 819–836. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2021.12.016

Tamaki, Y., Yaku, H., Morimoto, T., Inuzuka, Y., Ozasa, N., Yamamoto, E., Yoshikawa, Y., Miyake, M., Kondo, H., Tamura, T., Kitai, T., Iguchi, M., Nagao, K., Nishikawa, R.,

Kawase, Y., Morinaga, T., Kawato, M., Toyofuku, M., Sato, Y., … Kimura, T. (2021). Lower In-Hospital Mortality With Beta-Blocker Use at Admission in Patients With Acute Decompensated Heart Failure. *Journal of the American Heart Association*, *10*(13). https://doi.org/10.1161/JAHA.120.020012

Wilkens, T. L., Tranæs, K., Eriksen, J. N., & Dragsted, L. O. (2022). Moderate alcohol consumption and lipoprotein subfractions: a systematic review of intervention and observational studies. *Nutrition Reviews*, *80*(5), 1311–1339. https://doi.org/10.1093/NUTRIT/NUAB102

Wilson, P. W. F., Jacobson, T. A., Martin, S. S., Jackson, E. J., Le, N. A., Davidson, M. H., Vesper, H. W., Frikke-Schmidt, R., Ballantyne, C. M., & Remaley, A. T. (2021). Lipid measurements in the management of cardiovascular diseases: Practical recommendations a scientific statement from the national lipid association writing group. *Journal of Clinical Lipidology*, *15*(5), 629–648. https://doi.org/10.1016/j.jacl.2021.09.046

Zanotti, I., Potì, F., & Cuchel, M. (2022). HDL and reverse cholesterol transport in humans and animals: Lessons from pre-clinical models and clinical studies. *Biochimica et Biophysica Acta - Molecular and Cell Biology of Lipids*, *1867*(1). https://doi.org/10.1016/j.bbalip.2021.159065