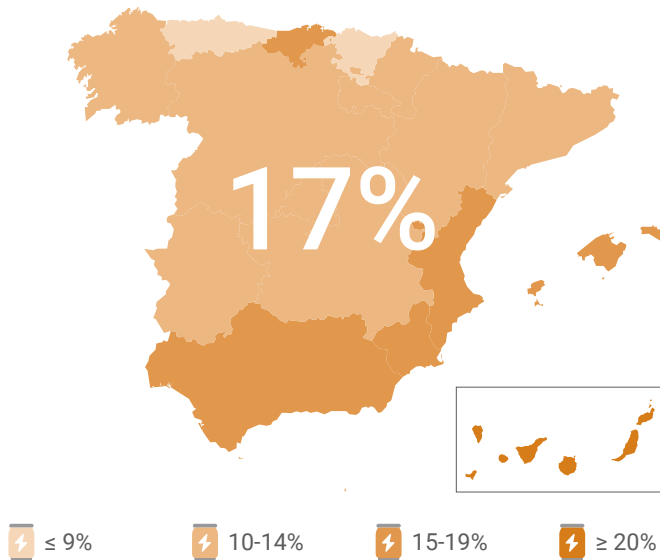


BEBIDAS ENERGÉTICAS EN ESPAÑA

Consumo de bebidas energéticas en los últimos 30 días, 2024



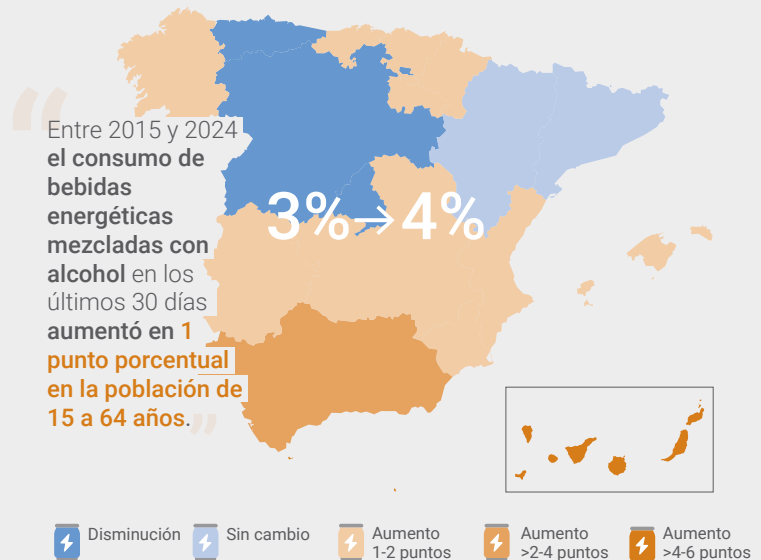
Entre 2015 y 2024 el consumo de bebidas energéticas en los últimos 30 días aumentó en hombres y en mujeres.

El consumo de bebidas energéticas se asocia con un aumento de ansiedad, depresión, impulsividad y trastornos del sueño.



Los jóvenes son quienes más consumen bebidas energéticas. Uno de los mayores problemas es su combinación con alcohol.

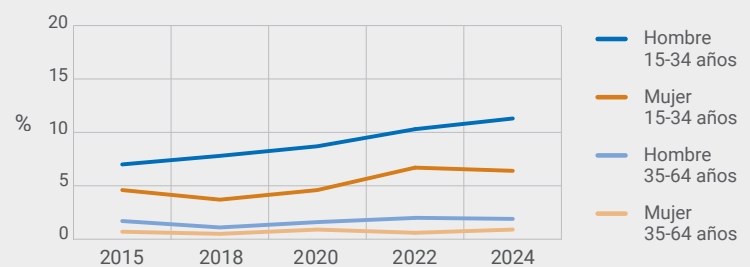
Diferencia en el porcentaje de consumo de bebidas energéticas mezcladas con alcohol en los últimos 30 días, 2015 → 2024



Una lata de 500 ml de una bebida energética puede contener la cafeína equivalente a más de dos cafés y más de diez terrones de azúcar.



Evolución del consumo de bebidas energéticas mezcladas con alcohol en los últimos 30 días de 2015 a 2024



Destaca la **tendencia ascendente** del consumo de bebidas energéticas mezcladas con alcohol en los últimos 30 días en el grupo de 15 a 34 años.