



Esiste la dipendenza da energy drink? • Possono fare male alla salute •

Descrizione

(Adnkronos) •

Esiste la dipendenza da enery drink? Le bevande energetiche sono tra le più¹ vendute e consumate, nonostante numerose ricerche dimostrino effetti negativi che il loro consumo regolare può² causare alla salute. Una conferma, in questo senso, arriva dal dottor Aniello Maiese, medico dell'Università La Sapienza di Roma che, interpellato dal Daily Mail, ha confermato come possano • aumentare la pressione sanguigna, la frequenza cardiaca e influenzare l'eccitabilità cardiaca •.

Oltre a motivi prettamente di salute, le bevande energetiche possono creare una vera e propria dipendenza. Il media inglese riporta l'esperienza di un uomo che, quando arrivano le 16, deve per forza cercare la prima lattina di energy drink zuccherata e piena di caffeina che trova •. Non tutte le bevande energetiche però², secondo Maiese, sono pericolose in questo senso. Il rischio dipende piuttosto dalla quantità consumata, dalla concentrazione di caffeina e dalla presenza di altri stimolanti.

Molte delle bevande energetiche dichiarano di contenere • caffeina naturale •, ma, secondo il dottor Maiese, si tratta di un termine da usare con una certa cautela: • La caffeina di per sé non diventa più sicura solo perché proviene da una fonte naturale •, ha affermato, sostenendo che, dal punto di vista farmacologico, la caffeina è la stessa molecola indipendentemente dal fatto che provenga dal caffè o dal tè verde. • Ciò che conta molto di più è la quantità totale di caffeina, gli altri ingredienti presenti e la quantità di prodotto effettivamente consumata •, ha spiegato.

Inoltre, la • caffeina naturale • non garantisce necessariamente energia senza il successivo calo della stessa. Sebbene il dottor Maiese affermi che probabilmente non sia molto preciso definire • salutare • qualsiasi bevanda energetica, ammette che alcune possono essere più o meno favorevoli dal punto di vista nutrizionale e cardiovascolare •.

•

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Settembre 2, 2026

Autore

redazione

default watermark