

Fecha: 14-05-2025
Fuente: El Diario de Santiago
Título: **Boom de las bebidas energéticas: opciones saludables ganan terreno en la industria**

Visitas: 2.813
VPE: 11.252

Favorabilidad: ☐ No Definida

Link: <https://eldiariodesantiago.cl/2025/05/14/el-premio-millonario-que-jarry-y-tabilo-aseguraron-por-sus-grandes-actuaciones-en-el-masters-1000-de-roma/>

El consumo de bebidas energéticas en el país sigue creciendo con fuerza. Según datos de la OCDE y el Ministerio de Salud, cerca del 25% de los escolares declaró haberlas ingerido en el último año, mientras que el consumo per cápita de estas bebidas y las deportivas alcanzó los 3,11 litros en 2023.

Las proyecciones apuntan a un crecimiento sostenido de casi un 8% entre 2025 y 2034. <p> Estudiantes, trabajadores jóvenes y deportistas son los principales consumidores. ¿La razón? La búsqueda de energía rápida para estudiar, rendir mejor o simplemente mantenerse activos por más tiempo. Sin embargo, detrás del impulso momentáneo, hay alertas que no se pueden ignorar. </p> <p> Las bebidas energéticas tradicionales contienen altos niveles de cafeína, azúcar, sodio y aditivos como guaraná o taurina. “Estas formulaciones pueden generar efectos adversos en la salud cardiovascular, digestiva y emocional.

Su consumo frecuente se ha relacionado con hipertensión, sobrepeso, taquicardia y ansiedad”, advierte Ximena Rodríguez, directora de la carrera de Nutrición y Dietética de la **Universidad Bernardo OHiggins (UBO)**. </p> <p> La especialista también recomienda poner atención a la etiqueta: hay productos que concentran hasta 500 mg de cafeína por porción, más del doble de la dosis segura para un adulto. “Ese nivel de estimulación puede provocar síntomas como ansiedad, sudoración excesiva, trastornos del sueño o incluso alteraciones cardíacas. No es extraño ver consultas por malestares asociados a su consumo en servicios de urgencia”, precisa la académica. </p> <p> Una opción revolucionaria</p> <p> En este contexto, la industria comienza a explorar caminos alternativos. Una de las propuestas más innovadoras es la de Kombuchacha, el reconocido emprendimiento nacional que desde La Araucanía lanzó las primeras bebidas energéticas 100% naturales y orgánicas hechas en Chile. Con una base de kombucha fermentada, estas nuevas variedades entregan un impulso real, libre de azúcar añadida, preservantes y estimulantes artificiales. </p> <p> “Desarrollamos estas recetas durante más de dos años. Queríamos ofrecer energía real desde ingredientes nobles, sin efectos colaterales.

Está diseñada para quienes quieren sentirse activos y cuidar su cuerpo al mismo tiempo”, explica María Prieto, fundadora de Kombuchacha, empresa reconocida entre las 5 de mejor índice de triple impacto en la industria de las bebidas. </p> <p> Las nuevas etiquetas negras de la marca combinan tradición, ciencia y sabor. Mate Energía Natural ofrece un impulso sostenido gracias a esta hierba milenaria, junto a un suave toque cítrico y antioxidantes naturales.

Por su parte, Maqui Energía Natural aprovecha el poder de este fruto silvestre chileno, reconocido por sus propiedades antiinflamatorias, en una mezcla refrescante compuesta por té verde y menta. </p> <p> “Estas nuevas variedades, recomendadas para mayores de 15 años, son una respuesta clara a la necesidad de sentirse más vital y activo, pero a la vez cuidar la salud.

Queremos mostrar que eso es posible tomando justamente lo mejor de los elementos presentes en la naturaleza”, agrega Prieto. </p> <p> En cuanto al consumo generalizado, la especialista de la **UBO** resalta la importancia de diversificar la oferta para no normalizar el uso de estimulantes como única vía para mejorar el rendimiento.

“Muchas veces, el cansancio o la falta de concentración tienen otras causas que requieren abordajes distintos, como el sueño, la hidratación o la alimentación equilibrada”, añade. </p> <p> Bajo este escenario, y a medida que el mercado sigue expandiéndose, también lo hace la conciencia de los consumidores.

En esa transición, alternativas como las de Kombuchacha abren la puerta a una nueva generación de bebidas funcionales que resaltan por ser vivas, saludables y más respetuosas, basadas en prácticas responsables en términos medioambientales. </p> <p> Esta noticia fue redactada utilizando los adelantos técnicos propios de este sitio web. Se acepta cualquier reproducción en otro medio, ojalá citando la fuente:www.eldiariodesantiago.cl</p>

EL DIARIO DE SANTIAGO

Lo que otros callan por temor o compromiso aquí lo sabrá...

PORTAL POLITICA NACIONAL INTERNACIONAL ECONOMIA DEPORTE INNOVACION
TECNOLOGIA



Boom de las bebidas energéticas: opciones saludables ganan terreno en la industria

La industria de bebidas energéticas en Chile sigue creciendo con fuerza. Según datos de la OCDE y el Ministerio de Salud, cerca del 25% de los escolares declaró haberlas ingerido en el último año, mientras que el consumo per cápita de estas bebidas y las deportivas alcanzó los 3,11 litros en 2023.



SANTIAGO

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°

14,4°