

**Análisis de los Hábitos del Consumo del Café: Caso de Estudio en Alumnos del Programa de Negocios Internacionales de FACPya, UANL.**

**Analysis of Coffee Consumption Habits: Case Study in Students of the International Business Program of FACPya, UANL.**

Guadalupe Martínez Herrera

Juan Manuel Chavez Escobedo

**Resumen**

La cafeína es una de las sustancias más consumidas a nivel mundial. Se encuentra en productos cotidianos que muchas personas toman a diario (café, té, chocolate, bebidas energéticas y algunos refrescos). Un consumo moderado de esta sustancia no es nocivo para la salud. Los universitarios han demostrado ser un grupo de personas en el cual el consumo de cafeína está implantado. Por ello este proyecto tiene como objetivo identificar el patrón de consumo específico del café en los estudiantes de la Facultad de Contaduría Pública y Administración de la carrera de Negocios Internacionales 3er semestre de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

**Palabras clave:** Cafeína, Consumo, estudiantes universitarios

## **Abstract**

Caffeine is one of the most consumed substances worldwide. It is found in everyday products that many people drink daily (coffee, tea, chocolate, energy drinks and some soft drinks). A moderate consumption of this substance is not harmful to health. University students have proven to be a group of people in whom caffeine consumption is implanted. Therefore, this project aims to identify the pattern of specific coffee consumption in students of the Faculty of Public Accounting and Administration of the International Business career 3rd semester of the Autonomous University of Nuevo León.

**Keywords:** Caffeine, Consumption, university students

## **Introducción**

El café se origina en Etiopía, como resultado de infusiones con granos, en donde se dieron cuenta de los efectos de la cafeína al observar cómo saltan las cabras después de ingerir el cerezo (fruto del café). En café, hay dos variedades que representan el mayor consumo de café en el mundo, estas son la variedad Arábica y Robusta; las cuales son responsables del 99% del comercio mundial. (Cafeteros, 2013). Posteriormente los árabes fueron los primeros que comenzaron a consumir el producto y dispersarlo por el mundo. La historia del café en México es bastante larga. En el siglo XVIII llegó a nuestro continente con los inmigrantes franceses y se tiene registrado que para el año 1796 ya se cultivaba en Córdoba, Veracruz. Gracias a las características climáticas de nuestro territorio, dicho cultivo se extendió

rápidamente y hoy en día se considera un grano de calidad altamente codiciado a nivel mundial. Actualmente México ocupa la novena posición entre los productores mundial de café (por detrás de Brasil, Vietnam, Colombia, Indonesia, Etiopía, Honduras, India y Uganda). El café es una de las bebidas de mayor consumo. Las estadísticas muestran que en el mundo se sirven alrededor de 2500 millones de tazas de café al día (Pardo, Álvarez, Barral y Farro, 2007). Los mexicanos consumen aproximadamente entre 800 g y 1400 g anuales de café, es decir, 2.6 tazas al día de esta infusión (Barreda-Abascal, Molina, Haro, Alford y Verster 2012). Después del agua y la leche, el café y té son las bebidas de más consumo en México. (Rivera et al., 2008). El café es una bebida no calórica, no nutritiva y de sabor amargo, y su papel en la salud ha sido ampliamente discutido (Aguilera et al., 2009). El café contiene una cantidad de cafeína que puede variar entre 0.8 y 1.8% por grano; en 150 ml de café hay un aproximado de 30 mg a 175 mg de cafeína, y en descafeinado entre 2 mg y 8 mg (Pardo et al., 2007).

La Autoridad Europea para la Seguridad Alimentaria (EFSA) muestra que los productos con más cafeína son el café y las bebidas energéticas European Food Safety Authority (2018). También determinó que el consumo adecuado de cafeína en adultos es aquel que no supere los 400 mg de cafeína al día, que equivaldría a 5'7 mg por kilo en un adulto que pese 70 kilogramos. European Food Safety Authority (2015). Según un estudio realizado en 2011 por Quota Research para el Centro de Información Café y Salud Federación Española del café (2018). 8 de cada 10 españoles consumen café a diario, siendo la media nacional de consumo

de este producto de entre una a tres tazas al día (80 mg a 240 mg de cafeína aproximadamente).

El objetivo de este estudio es conocer preferencias y los niveles de consumo de café en la población de alumnos de la carrera de negocios 3er semestre de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

### **Método**

Estudio descriptivo transversal, que cuenta con la participación voluntaria de los estudiantes del tercer semestre carrera de negocios internacionales, con matrícula activa, hombres y mujeres de la Facultad de Contaduría Pública y Administración de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL); Realizándose en el semestre agosto - diciembre de 2019, partiendo de un muestreo aleatorio simple, con la participación total de 207 estudiantes que oscilan entre los 18 y 28 años. Los criterios de exclusión consisten en no haber concluido la encuesta. Se aplicó, con consentimiento informado, una encuesta electrónica para facilitar la participación. El análisis estadístico se realizó empleando el software Google Forms y el programa de Excel.

### **Discusión**

El café es una bebida muy consumida en ámbitos diversos de la sociedad, en Monterrey se acostumbra en las oficinas de las empresas tanto públicas como privadas tener disponible una cafetera para uso del personal y en ocasiones también lo hay para los visitantes sean clientes o usuarios, en el mundo empresarial es común ver que ejecutivos beben café, en nuestro país podemos decir que existen

lugares donde se siembra la planta, cosecha y transforma para su venta, para producir la famosa bebida, tal es el caso de estados como Veracruz, Chiapas, Oaxaca, Nayarit, Tabasco, entre otros. Esto permite a los mexicanos tener café para consumo nacional de buena calidad para satisfacer las necesidades de los consumidores.

En el ámbito estudiantil también se observa el consumo de esta bebida, incluso en verano se observa que los estudiantes beben en 2 modalidades el café; esto es la bebida caliente o tibia y café frío, dependiendo del gusto de cada consumidor.

Según la publicación FORBES (<https://www.forbes.com.mx/cafe-tiene-relacion-directa-con-productividad/>) se menciona que consumir 200 gramos de cafeína puede ayudar a mantenerse despierto y coloca el sistema en alerta, lo que puede ayudar a la productividad, además ayuda a identificar textos rápidamente por lo cual coadyuvaría al aprendizaje, razón interesante para consumir café de vez en cuando, claro está que no todas las personas reaccionan de la misma forma.

El aroma del café es algo que se impregna en el ambiente y es reconocido por nuestro sentido del olfato, además de que al probarlo se impregnará en nosotros su sabor a través del sentido del gusto, se han realizado producciones televisivas con aires románticos donde el café está en un plano importante, tal es el caso de la telenovela colombiana “café con aroma de mujer”, siendo esta telenovela un éxito en Colombia y México por mencionar algunos países, el café es asociado con estados de ánimo y sentimientos, en películas como “Todo Poderoso” hay una escena donde se le da espacio al café colombiano donde el protagonista degusta

esta bebida por la mañana, la película “Amelie” película francesa que se desarrolla en el café de los 2 molinos, en el barrio de Montmartre.

Se puede citar también en la música por ejemplo existe un grupo mexicano que se llama “Café Tacuba”, la canción de Juan Luis Guerra “ojalá que llueva café”, One cup off coffee por Bob Marley de 1962, por mencionar algunos.

Como podrá notarse el café ha estado presente en la vida cotidiana y reflejo de ello es de manera precisa lo enunciado anteriormente; en ámbitos sociales como la música, cine, televisión, literatura como los son los “cafés literarios” en el ámbito de los negocios y en las oficinas y centros de reunión y consumo como restaurantes y cafeterías, en FACPya no es la excepción ya que existe una cafetería que brinda servicios alimentarios y claro está de consumo de café y otras bebidas, los estudiantes que participaron en este estudio son usuarios habituales de la cafetería y en la sección de resultados se observa sus hábitos de consumo de esta bebida de acuerdo al instrumento utilizado.

### **Encuesta:**

1.- ¿Qué edad tienes?

18-24

25-29

Mas de30

2.- Genero

Masculino

Femenino

3.- ¿Trabajas?

Si

No

4.- ¿Eres consumidor habitual de café?

Si mucho, lo tomo casi a diario

Si, una que otra vez a la semana lo tomo

Si me gusta, aunque casi no lo tomo

Me da igual

No lo tomo

5.- ¿Cuántas tazas de café tomas al día?

1

2

3

Mas de 4

6.- ¿Qué tipo de café prefieres?

Americano

Café con leche

Capuchino

Expresso

Mocha

7.- ¿Qué establecimiento para comprar o tomar café prefieres?

En casa

En el trabajo

Oxxo

Starbucks

8.- ¿Hasta cuánto estarías dispuesto a pagar por un café?

\$10 a \$19

\$20 a \$29

\$30 a \$39

\$40 a \$49

Mas de \$50

9.- ¿Personas que trabajan y les gusta el café por género?

Les gusta el café si no

Trabajan si no

Género masculino femenino

10.- ¿En tu familia toman café?

Hermano(a)

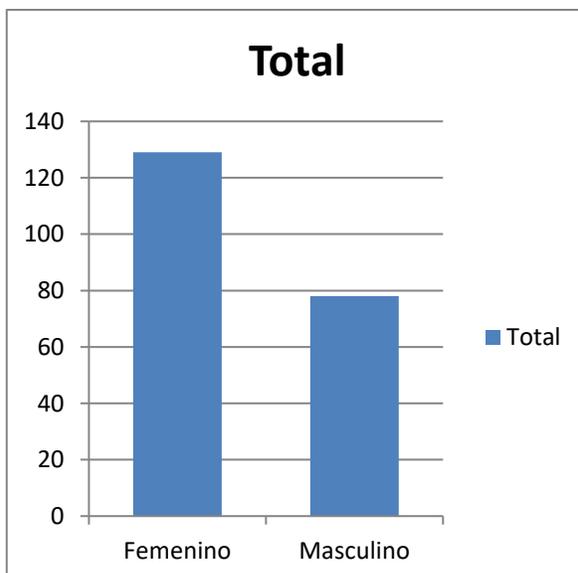
Mama

Papa

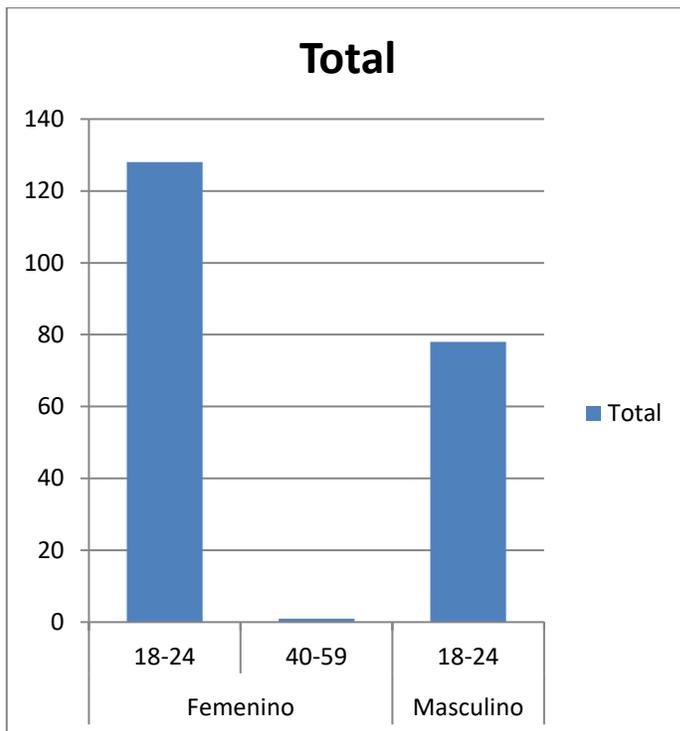
nadie

## Resultados

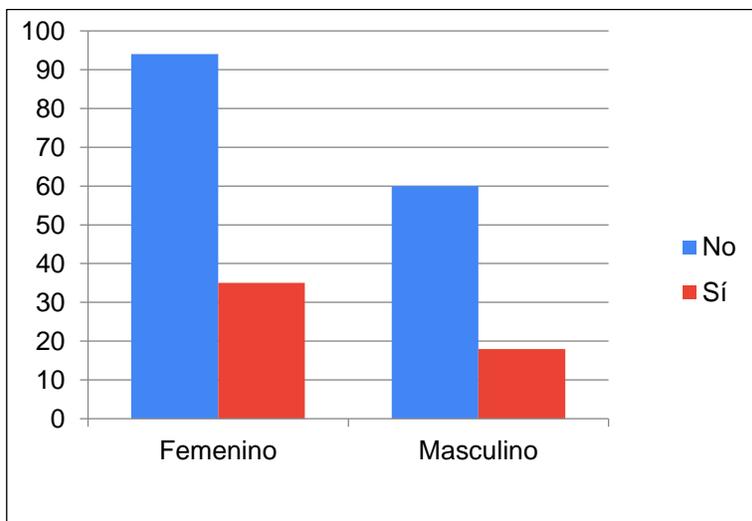
1.- En la gráfica 1 se muestra de la cantidad de encuestados 37.68% son hombres y 62.32% son mujeres.



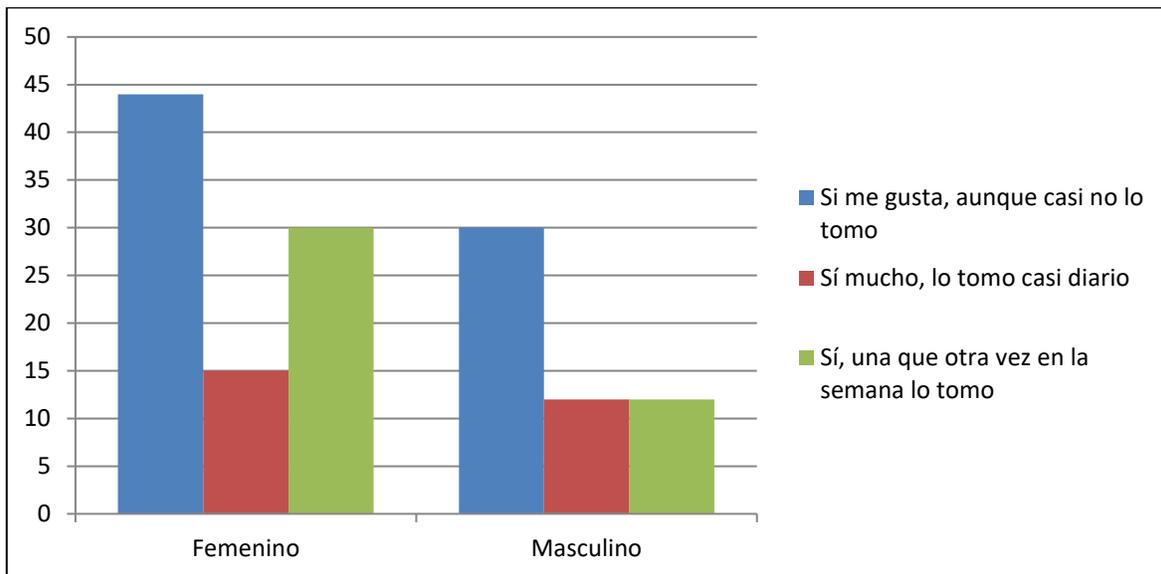
2.- En la gráfica 2 se muestra de la cantidad de encuestados la gran mayoría tenían 24 años de edad entre hombres y mujeres.



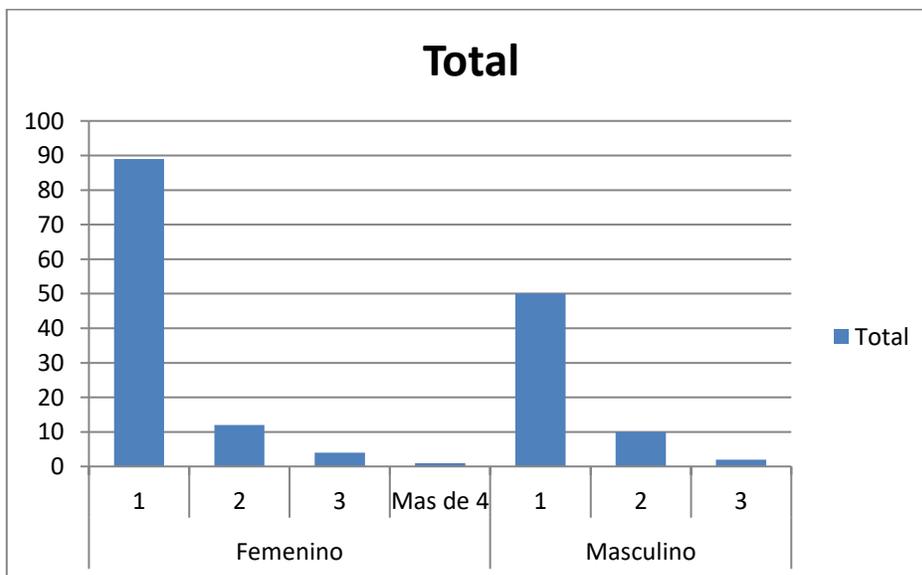
3.- En la gráfica 3 se muestra que de los encuestados hombres trabajan 23.08% y 27.13% son mujeres.



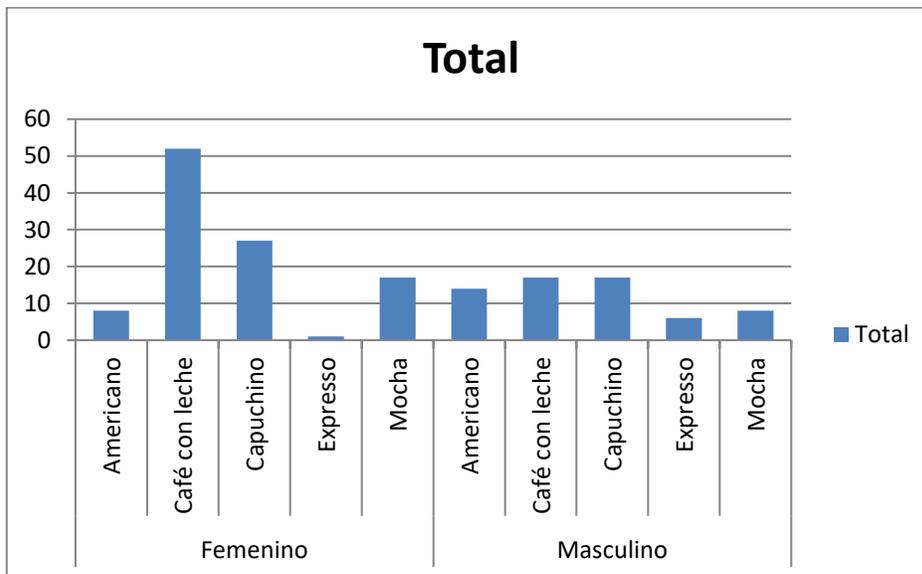
4.- En la gráfica 4 se muestra de la cantidad de encuestados que les gusta el café hombres son 37.76% y 62.24% mujeres.



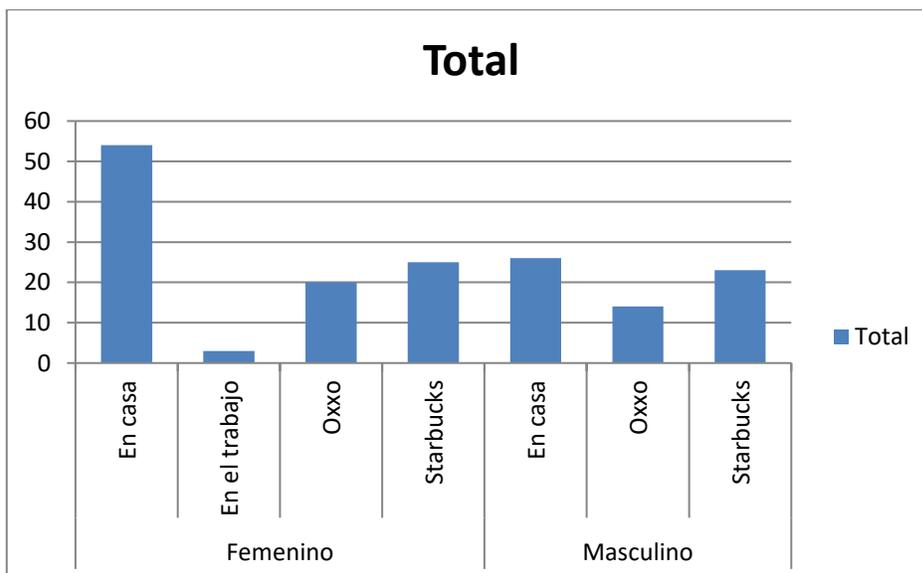
5.- En la gráfica 5 se muestra los encuestados que toman mínimo una taza de café 29.76% son hombres y 52.98% son mujeres.



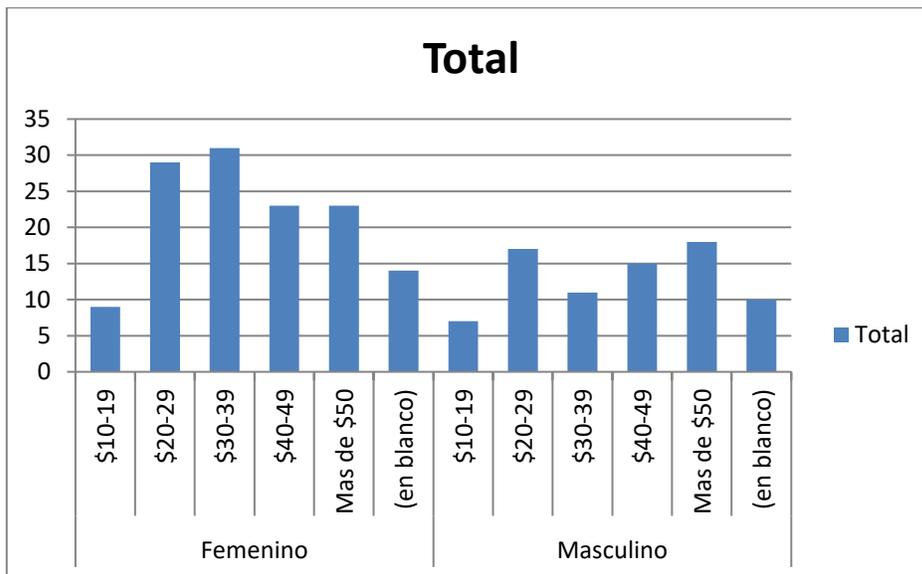
6.- En la gráfica 6 se muestra las variedades de café de más consumo donde sobresalen el café con leche y capuchino estando los hombres en un 20.35% y en las mujeres 47.31%. en el consumo de estas dos bebidas.



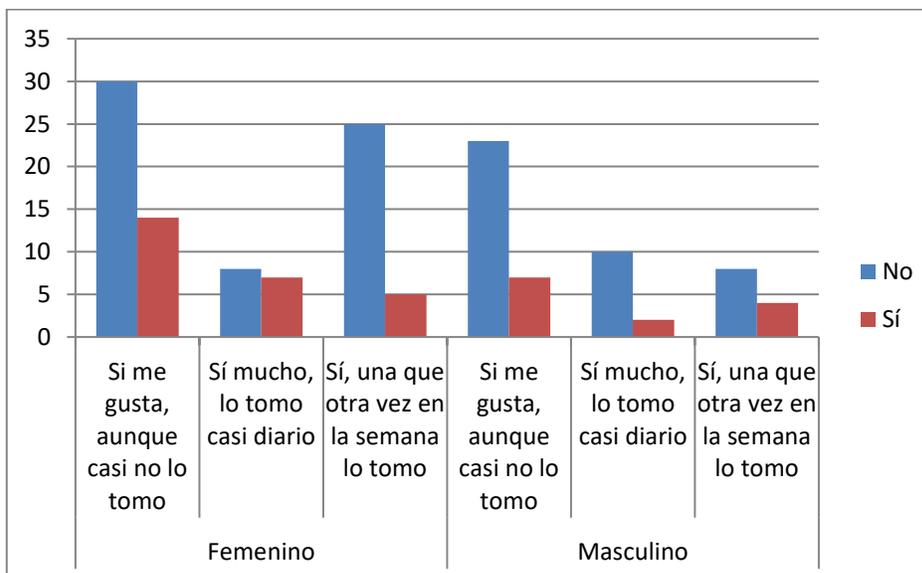
7.- En la gráfica 7 se muestra las preferencias donde se compra o se toma café donde las mujeres y hombres coincidieron siendo el 1er lugar la casa y en 2º lugar Starbucks.



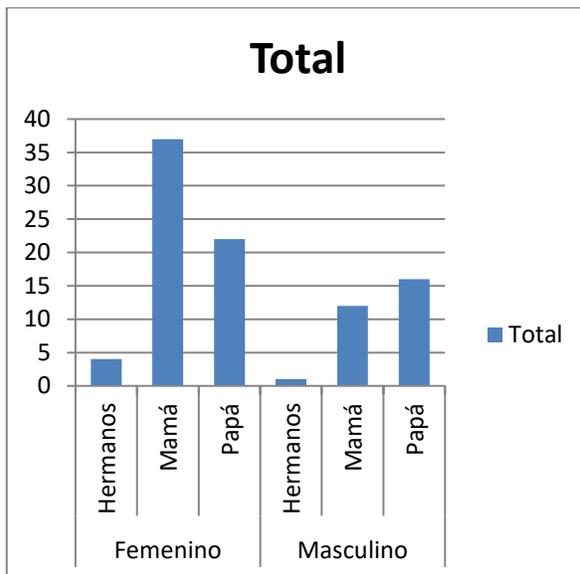
8.- En la gráfica 8 se muestra el porcentaje de personas que invierten en café entre \$20 a \$50 pesos siendo los hombres 34.12% y 65.87% las mujeres.



9.- En la gráfica 9 se muestra de la cantidad de encuestados que trabajan y les gusta el café el 33.33% son hombres y 66.66%son mujeres.



10.- En la gráfica 10 se muestra de la cantidad de encuestados que su mamá y su papá toman café el 32.18 son hombres y 67.81 son mujeres.



## Conclusiones

- 1.- Las mujeres son más consumidoras de café, siendo su favorito el café con leche y capuchino y el lugar para consumir o comprar es su casa y el Starbucks.
- 2.- A pesar de que la gran mayoría no trabaja solo estudia, las mujeres invierten más en café que los hombres.
- 3.-El consumo más frecuente de café en el papá y mamá por el lado de las mujeres se mira cierta influencia en las mismas.
- 4.- hoy en día se han multiplicado los lugares donde se vende café para su consumo en el sitio o para llevar.

5.-La cafeína es una sustancia que como hemos visto se encuentra presente en la dieta de la mayoría de los estudiantes universitarios de nuestro entorno. El consumo que presentan la mayor parte de ellos no es perjudicial para su salud.

6.-Podemos señalar que la mayoría de los estudiantes universitarios que participaron en nuestro estudio desconocen la cantidad máxima de cafeína diaria.

7.-Por último, esta investigación ha supuesto una primera inmersión en el mundo de la cafeína en el entorno Universitario, ayudándonos a identificar el consumo de esta bebida en nuestros estudiantes universitarios.

## **Bibliografía**

Aguilera V., López-Espinoza A., Martínez A. G., Díaz F., Valdez E., Galindo A. y De la Torre-Ibarra C. (2009) Efectos del consumo de café sobre la conducta alimentaria en ratas. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 5(1), 177-185

Barreda-Abascal, R., Molina L., Haro-Valencia, R., Alford, C., y Verster, J. C. (2012). Actualización sobre los efectos de la cafeína y su perfil de seguridad en alimentos y bebidas. *Revista Médica del Hospital General de México*, 75(1), 60-67

Rivera, J. A., Muñoz-Hernández, O., Rosas-Peralta, M., Aguilar-Salinas, C. A., Popkin, B. M. y Willett, C. (2008). Consumo de bebidas para una vida

saludable: recomendaciones para la población mexicana. Salud Pública de México, 50(2), 173-195.

Pardo Lozano, R., Álvarez García, Y., Barral Tafalla, D. y Farro Albaladejo, M. (2007). Cafeína: un nutriente, un fármaco, o una droga de abuso. Adicciones, 19(3), 225-238

European Food Safety Authority [Sede Web] [consultado 2 de marzo de 2018].  
Disponible en:

[https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/corporate\\_publications/files/efsaexplainscaffeine150527es.pdf](https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/corporate_publications/files/efsaexplainscaffeine150527es.pdf)

European Food Safety Authority. Scientific Opinion on the safety of caffeine. EFSA Journal [Internet]. 2015 [consultado 2 de marzo de 2018]; 13(5): 4102.  
Disponible en:

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2015.4102/epdf>

Federación Española del Café [Sede web] [consultado 3 de marzo de 2018].  
Disponible en:

[http://www.federacioncafe.com/images/documentos/datos\\_sector/habitos\\_consumo/NdP\\_EstSociologico\\_cafe\\_Nacional.pdf](http://www.federacioncafe.com/images/documentos/datos_sector/habitos_consumo/NdP_EstSociologico_cafe_Nacional.pdf)

Fuente Consultada 27 de septiembre 2019, disponible en:  
<https://www.forbes.com.mx/cafe-tiene-relacion-directa-con-productividad/>

Fuente Consultada 1 de octubre 2019, disponible en:

<https://www.baque.com/es/blog/cafe-cine/>

Fuente Consultada 1 de octubre 2019, disponible en:

<https://www.vix.com/es/arte-cultura/176954/9-canciones-sobre-el-cafe-para-todos-los-amantes-de-esta-deliciosa-bebida>

### **Acerca de los autores**

**Guadalupe Martínez Herrera:** Es Maestro en Administración de Empresas e Ingeniero Mecánico Electricista, es maestro en UANL en FACPya.

**Juan Manuel Chavez Escobedo:** Es Doctor en Educación, Maestro en Relaciones Industriales, Maestro en Dirección de Instituciones Educativas, Licenciado en Administración y Licenciado en Educación, es maestro investigador en UANL en FACPya.