

Вред энергетических напитков. Или польза



Сотникова Владлена, Авдеева
Ева 9 «Б» класс
ГБОУ СОШ № 79
Руководитель: Гермонова О. В.,
учитель химии

Цели и задачи

Цель проекта явилось формирование правильного отношения подростков к энергетическим напиткам на основе информации о данном продукте.

Для реализации данной цели были поставлены следующие задачи:

- Провести анализ информации научной литературы и Интернета
- Выяснить пользу и вред
- Выявить отношение школьников к употреблению энергетиков
- Изучить состав напитка, провести исследования
- На основе выводов исследования доказать школьникам, что употребление энергетиков вредно и небезопасно

Энергетики-что это?



Энергетики — это напитки, предназначенные для того, чтобы взбодрить человека и повысить его физическую или умственную работоспособность.

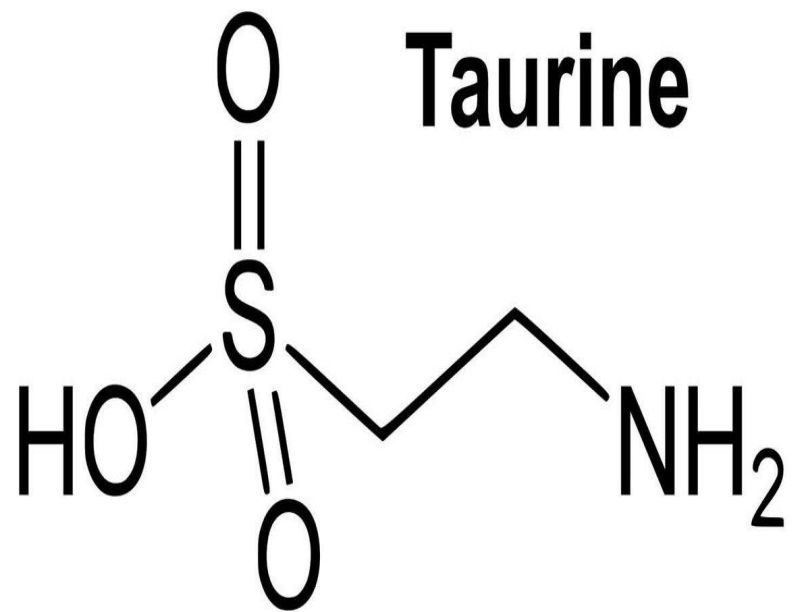
- В 1982 году австриец Дитрих Матешич , привез идею энергетиков в западные страны.
- В 1984 году основал предприятие по производству энергетика—"Red Bull".



Состав:



Кофеин



Таурин



Гуаранин



Женьшень



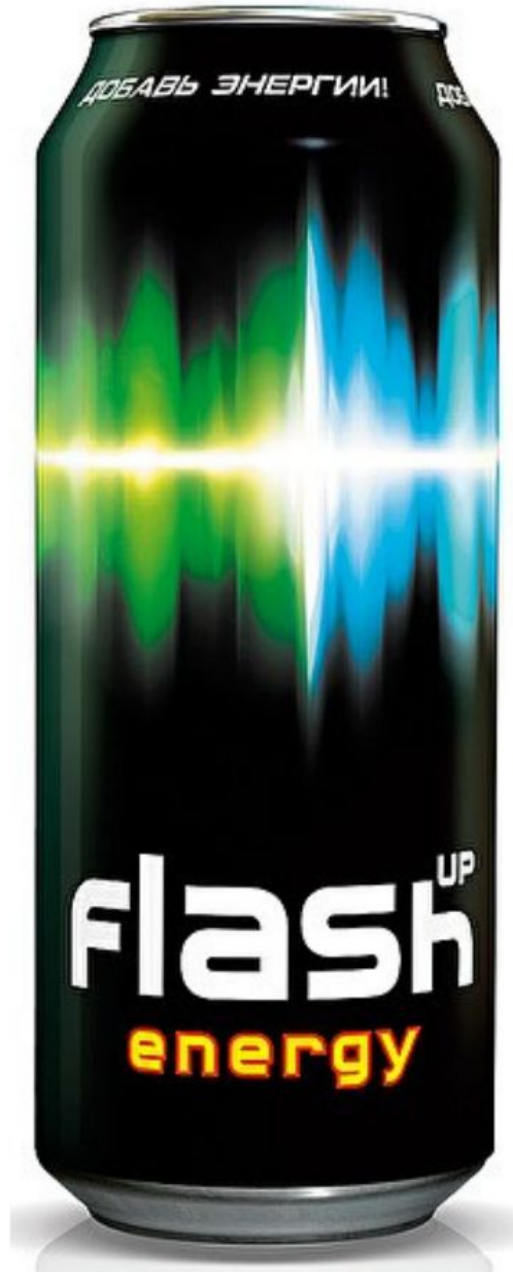
CO_2



Витамин Б

Факты «ЗА»:

- Отлично поднимают настроение
- Содержат комплекс витаминов и глюкозы
- Эффект длится 2-3 р больше, чем после кофе
- Употребление энергетиков возможно в ситуации , где возможности употребления кофе отсутствует



Факты «ПРОТИВ»:

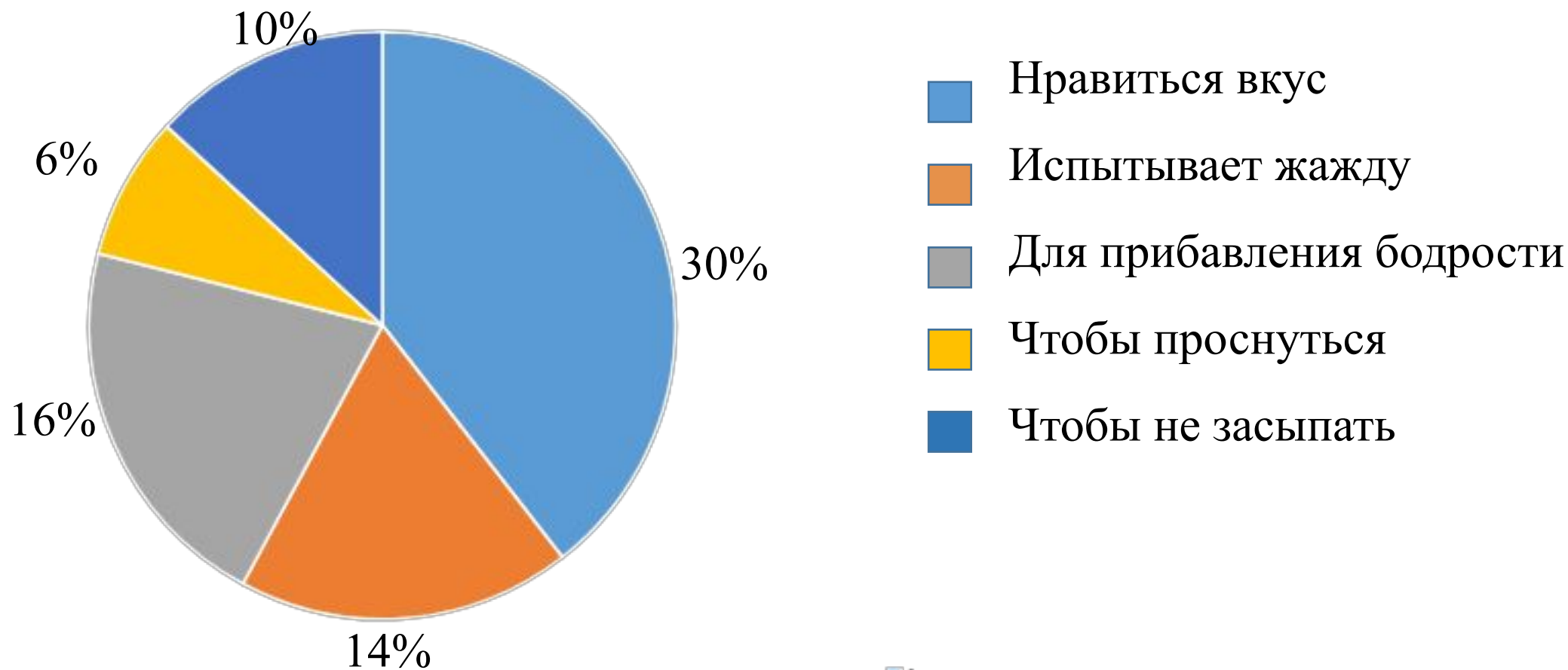
- Кофеин, истощение нервной системы
- Повышается артериальное давление
- Напиток не насыщен энергией , а вытягивает ее
- После окончания действия напитка наступает усталость, бессонница и депрессия

Правила применения энергетических напитков

1. В течение 4 часов после употребления напитка нельзя употреблять кофе содержащие напитки
2. Нельзя смешивать с алкоголем , кофеин повышает давление , а в связи с алкоголем его эффект усиливается
3. Энергетические напитки ни в коем случае нельзя употреблять беременным , детям и подросткам, также строго запрещено при гипертонии, глаукоме, нарушениях сердечно-сосудистой системы



Мы провели опрос 90 человек(10-11 классов)



Замена энергетикам



Вывод

- Энергетические напитки пагубно влияют на внутренние органы человека, если превысить дозу употребления, могут произойти трагические последствия
- У человека постоянно употребляющего энергетические напитки формируется зависимость
- Плохо влияет на нервную систему



**Так пить или не пить?!
Решать Вам...**



**НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ НА СОБЛАЗНЫ
ЭТО ВАША ГИБЕЛЬ**