



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

2024
ГОД СЕМЬИ

ВРЕД ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



ЖЕСТЯНЫЕ БАНКИ, в которых продаются сладкие газированные напитки, внутри имеют специальное покрытие из камеди, которое содержит в себе **ВРА** (бисфенол-А).

ЭТО ВЕЩЕСТВО ВЫЗЫВАЕТ РАК И ПРОБЛЕМЫ С СИСТЕМОЙ РЕПРОДУКЦИИ: преждевременное половое созревание у детей и другие репродуктивные нарушения.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ НАПИТКИ НЕ ПРИНОСЯТ В ОРГАНИЗМ ЭНЕРГИЮ, а заставляют организм расходовать собственные энергетические резервы.

Они сначала повышают тонус, умственную и физическую активность, но потом начинается истощение, **ЧЕЛОВЕК ОЩУЩАЕТ ВЯЛОСТЬ, АПАТИЮ, АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ МОЖЕТ РЕЗКО УПАСТЬ.**



Частое распитие энергетических напитков, нарушение допустимой суточной дозы и наличие противопоказаний могут привести к множеству негативных последствий как у подростков, так и у взрослых.



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



АРОМАТИЗАТОРЫ И КРАСИТЕЛИ.

Они придают энергетiku товарный вид, делают его вкусным и привлекательным.

Например, **БЕНЗОАТ НАТРИЯ**.

Употребление пищевых продуктов и напитков, содержащих бензоат натрия, не рекомендовано во время беременности, так как это **ВЕЩЕСТВО СПОСОБНО ПРОВОЦИРОВАТЬ АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ**.

Превышение содержания консерванта у некоторых людей может вызвать лёгкие симптомы в виде локализованного **зуда, кашель, покраснение, сыпь, отёки**.

- Бензоат натрия способен **НАКАПЛИВАТЬСЯ В ОРГАНИЗМЕ**, что само по себе **ОПАСНО**.
- Особенно это касается подростков.





ФБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ РК

2024
ГОД СЕМЬИ

ЧТО В СОСТАВЕ ЭНЕРГЕТИКА НАИБОЛЕЕ ВРЕДНО?

Список основных компонентов:

- **Таурин**
- **Кофеин**
- **Теобромин** (это компонент какао-бобов и природный психостимулятор - очень близок по химической формуле к кофеину и оказывает похожее действие)
- **Витамины, сахара и растительные добавки** (входят в состав для восполнения энергетических затрат, повышения тонуса организма)