

# Энергетик

это продукт, для производства которого используются различные стимуляторы, а также вспомогательные ингредиенты.

Сам напиток не дает бодрящей энергии организму, он работает за счет личных запасов, которые организм берет сам у себя же.

В подростковом возрасте мало кто задумывается о своем здоровье. Токсические вещества способны действовать на растущий организм более агрессивно, чем на взрослый. Подростки скорее привыкают к стимуляторам и попадают в настоящую зависимость от них.



МУДО "Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"

Адрес  
г. Сыктывкар,  
ул. Чкалова, 24

Телефон: 24-10-82



МУДО "Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"

## В чем опасность...

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

В целях предупреждения неблагоприятного воздействия энергетических напитков на здоровье несовершеннолетних детей в Республике Коми Законом Республики Коми от 30 июня 2021 года № 51-РЗ внесены изменения в Закон Республики Коми от 3 июня 2012 года № 60-РЗ «Об установлении отдельных требований и дополнительных ограничений при розничной продаже алкогольной продукции на территории Республики Коми» в части установления на территории Республики Коми

с 1 сентября 2021 года запрета розничной продажи несовершеннолетним безалкогольных тонизирующих напитков.

## Тонизирующие напитки:

Представьте себе, что такое шесть чашек кофе на ночь для подрастающего организма ???

Совокупность этих веществ оказывает отрицательное влияние на отдельные органы и системы организма, а также происходят необратимые изменения на уровне центральной нервной системы.

ТАУРИН  
КОФЕИН  
ФЕНИЛАНИН  
МАТЕИН  
САХАР

Вред энергетических напитков заключается в следующем:

Последствия приема энергетиков – раздражительность, расстройство сна, депрессия.

% Кофеин снижает сонливость, ускоряет пульс, поднимает давление, активизирует мозговую деятельность, но лишь при определенной дозировке.

% 1 г гуараны приравнивается к 40 г. кофеина. Многие производители комбинируют оба вещества, чтобы продлить действие энергетиков, сделать его более выраженным.

% Таурин способен вызвать перевозбуждение нервной системы и её истощение.

% Фениламина – вещество, которое значительно улучшает вкусовые качества напитка.

% Матеин – экстракт помогает подавить голод, способствует снижению веса тела.

