



ВНИМАНИЕ !

ЭНЕРГЕТИК – ЯД, РАЗЛИТЫЙ В БАНКИ!

Вам рассказали, что энергетик - это средне- или сильногазированные безалкогольные или слабоалкогольные напитки, которые содержат большое количество сахара, коктейль из психостимулирующих веществ, смесь ароматизаторов, красителей и пищевых добавок. Вам обещали эффект бодрости, прилива сил и энергии?

О чём умолчали производители?

- ✓ Энергетик не даёт энергию, он расходует внутренние резервные ресурсы вашего организма
- ✓ 1 банка энергетика содержит смесь психостимулирующих веществ (кофеин, матеин, гуарана, женьшень), превышающих разрешённую суточную дозу в 2-3 раза, что приводит к нервному истощению и нарушению сердечной деятельности, повышению артериального давления, головным болям.
- ✓ Регулярное искусственное перевозбуждение нервной системы приводит к психическим расстройствам, депрессии, проявлениям агрессии и раздражительности, повышенной усталости, бессоннице
- ✓ Регулярный приём больших доз кофеина в составе энергетиков ведёт к привыканию и развитию патологической зависимости, сходной с наркотической
- ✓ Кофеин и кислоты, содержащиеся в энергетических напитках, оказывают раздражающее воздействие на слизистую пищеварительного тракта, в результате страдают поджелудочная железа, печень, желудок, кишечник
- ✓ Дозы витаминов, таурина, содержащиеся в 1 банка энергетика, превышают рекомендуемый уровень суточного потребления по ряду компонентов в 2 раза, вызывая поражение органов и систем. В частности, чрезмерное употребление витамина B₆, таурина проявляется интоксикационным синдромом, учащает сердцебиение, возникают судороги и дрожь в конечностях
- ✓ Ароматизаторы, красители и пищевые добавки провоцируют аллергические реакции и развитие астмы

ПОМНИТЕ! Выбирая энергетические напитки вы рискуете своим здоровьем!

