

NAPÓJ ENERGETYZUJĄCY

tzw. energetyk

to NAPÓJ FUNKCJONALNY, którego spożycie ma wywołać określoną reakcję organizmu:

KRÓTKOTRWALE

pobudza do działania
zmniejsza uczucie zmęczenia
poprawia nastrój i koncentrację

NIEBEZPIECZNE POŁĄCZENIE NAPOJU ENERGETYZUJĄCEGO Z ALKOHOLEM



- daje poczucie „**pozornej trzeźwości**”, zmniejsza uczucie upojenia alkoholowego
- przyczynia się do **wzrostu ryzyka zatrucia alkoholowego przez spożywanie** znacznie większych ilości alkoholu w dłuższym czasie
- daje złudne poczucie panowania nad sytuacją, co prowadzi do podejmowania ryzykownych zachowań
- zwiększa ryzyko ulegania wypadkom i urazom
- **nie jest lekarstwem na późniejszego kaca**
- potęguje odwodnienie organizmu
- powoduje zaburzenia rytmu serca
- zwiększa ryzyko wystąpienia zawału/wylewu

NIGDY NIE ŁĄCZ Z ALKOHOLEM!



WOJEWÓDZKA STACJA
SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA
W POZNANIU

Konsultacja merytoryczna
Katedra Żywienia Człowieka
i Dietetyki, Uniwersytet Przyrodniczy
w Poznaniu