

Wojciech Koper, wojewódzki inspektor sanitarny:
edukujemy, że energetyk zawiera złą energię **str. 2**



FOT. ARCHIWUM

Sanepid nadal zamierza edukować, że energetyk zawiera złą energię

Grażyna Rakowicz

grazyna.rakowicz@polskapress.pl

Rozmowa z Wojciechem Koprem, państwowym wojewódzkim inspektorem sanitarnym w Bydgoszczy.

Od stycznia obowiązuje zakaz sprzedaży energetyków dzieciom i młodzieży do lat 18 także w automatach. Jakie efekty ma przynieść ta zmiana w przepisach?

Przede wszystkim ma ograniczyć dostęp dzieci oraz młodzieży do bardzo szkodliwych dla młodego organizmu substancji i tym samym nie pogarszać stanu ich zdrowia. Z raportu Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego wynika wprost, że tzw. energetyki piją nawet kilkulatek. Z kolei w przypadku młodzieży, w wieku od 10 do 17 lat po tego typu napoje sięga regularnie 35 proc. chłopców i 27 proc. dziewcząt. Jak wynika choćby z tych danych, to już prawdziwa plaga!

Dlaczego do zmiany tej ustawy doszło tak późno? Wiele latlobbowano za ograniczeniem sprzedaży energetyków do 18. roku życia...

To już pytanie do ustawodawcy. Z mojego punktu widzenia wprowadzenie tej ustawy było krokiem koniecznym. Od kilku lat środowiska, których celem jest dbałość o zdrowie publiczne apelowały, aby wprowadzić taki zakaz sprzedaży energety-



FOT. ARCHIWUM

ków. Szczególnie chcieliśmy ograniczyć ich sprzedaż dzieciom. Te napoje są dedykowane osobom dorosłym, dlatego cieszę się, że energetyki zniknęły także z automatów. W końcu cel został osiągnięty, czyli ich sprzedaż znacznie spadnie a przede wszystkim dostępność do tych produktów. Wprowadzenie tego zakazu to dobry krok, ale my jako Państwowa Inspekcja Sanitarna nie przestajemy edukować - w tym zakresie - dzieci i młodzieży.

Ryzyko stwarzają przede wszystkim porcje, w jakich skomponowane są składniki energetyków?

Zgadza się. Dopuszczalna dawka kofeiny dla osoby dorosłej wynosi od 400 mg do 450 mg, a dla dziecka - od 2,5 mg na 1 kilogram masy ciała, natomiast w puszcze z energetykiem jest aż 60 mg kofeiny. Ponadto jest to bomba cukrowa, połączona z tauryną, dlatego dalej musimy o tym mówić i edukować. To nie są napoje

do codziennego używania! Nie służą do zaspokojenia pragnienia i nie mogą być stosowane jako alternatywa dla wody. Jeszcze raz podkreślę: nadmierne spożycie energetyków wpływa bardzo niekorzystnie na organizm człowieka.

Jakie są skutki picia energetyków?

Energetyki mogą powodować odwodnienie, zaburzenia elektrolitowe, drgawki, zaburzenia snu i arytmie serca. Nadmierne ich spożycie może przełożyć się na zmiany nastroju, spowodować rozdrażnienie czy problemy ze snem. W konsekwencji może dojść do zaburzeń rozwoju układu nerwowego, chorób sercowo-naczyniowych, czy cukrzycy. A energetyki łączone z papierosami, alkoholem lub innymi używkami - jeszcze bardziej te zaburzenia potęgują.

Słychać, że nowa ustawa jest ciosem skierowanym w producentów napojów energetycznych, bo jak wynika z badań po takie produkty sięgają najczęściej osoby w wieku od 10 do 18 lat. Ale słychać też, że branża próbuje obejść przepisy i w sklepach lokuje napoje energetyczne o obniżonej zawartości kofeiny, lub jej pozbawione. Co w takiej sytuacji?

W takiej sytuacji nadal stawiamy na kampanię edukacyjną, że energetyk zawiera złą ener-

gię, że należy tej energii się wystrzegać. Choćby 12 stycznia, nasi specjaliści wygłoszą prelekcję o szkodliwości tych produktów na Wydziale Nauk Biologicznych UKW w Bydgoszczy podczas wydarzenia, jakim jest XIII Noc Biologów. Poza tym, pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej na terenie wszystkich powiatów województwa kujawsko-pomorskiego edukują w zakresie zdrowego stylu życia. Chcemy, aby dzieci świadomie zrezygnowały z zakupów i spożywania energetyków i to pod każdą postacią - czy to w wersji oryginalnej, czy tzw. light.

W tej edukacji podkreśla się także i to, aby czytać etykiety...

Czytanie etykiet to podstawa! Z ogólnodostępnych danych i badań wynika, że dziecko w wieku od 3 do 10 lat potrafiło spożyć tygodniowo do pół litra energetyka, a 24 proc. dzieci przyznawało się - w różnych badaniach - że potrafi wypić dwie takie puszkę w tygodniu. Zatem nadużycie jest znaczne i musimy z tym wyraźnie walczyć. Jak już wspominałem, jako Państwowa Inspekcja Sanitarna gwarantujemy i oferujemy szeroką edukację w zakresie zdrowego stylu życia. Chcemy, aby dzieci świadomie unikały kupna energetyków, żeby wiedziały, dlaczego nie jest to napój dla nich. ©