



Napoje energetyczne nadużywane przez uczniów

2011-02-08

Co dziewiąty gimnazjalista idzie do szkoły, popijając napój energetyczny. Co piąty pije go kilka razy w tygodniu - wynika z badań Mazowieckiego Centrum Profilaktyki Uzależnień.

Na puszkach napojów czytamy: "Polecane dla menedżerów, kierowców i studentów w okresie wzmożonego wysiłku fizycznego lub intelektualnego". I jeszcze: "Przezwyłącza zmęczenie, stres, poprawia koncentrację, samopoczucie, przyspiesza metabolizm". Tylko niektórzy producenci piszą małutkimi literkami: "Niewskazany dla dzieci". Prawo nie zakazuje sprzedaży tych napojów nieletnim, więc dzieci piją je na potęgę. Liczba uczniów podstawówek i gimnazjów, którzy codziennie spożywają energy drinki, rośnie. W 2008 r. było to co 14. dziecko, w 2010 co siódme - wynika z badań Mazowieckiego Centrum Profilaktyki Uzależnień. W ciągu ostatnich trzech lat Centrum przebadło ponad tysiąc uczniów z 37 miejscowości w województwach mazowieckim, łódzkim i podlaskim. Wyniki przerażyły specjalistów: - Siedzimy na tykającej bombie - mówi dyrektor MCPU prof. Mariusz Jędrzejko. Z ankiet wynika, że co dziewiąty gimnazjalista i co 14. uczeń podstawówki idzie do szkoły lub wraca z niej, pijąc napój energetyczny. Co piąty nastolatek spożywa takie napoje kilka razy w tygodniu. Co drugi uczeń klasy sportowej przyznał się, że jest zachęcany do picia takich napojów przez trenera. Energy drinki są w 10 proc. sklepików mazowieckich szkół.

Dzieci piją przed sprawdzianami, dyskotekami, podczas długotrwałego grania w gry komputerowe i gdy aktywnie uprawiają sport (zawarte w napojach: kofeina, teina, teobromina, tauryna, witamina B6 - chwilowo zwiększają szybkość reakcji i wydolność organizmu, przeciwdziałają zmęczeniu i przyspieszają metabolizm).

Anna Czerniecka, odpowiedzialna za kontakty z mediami z Red Bull Polska, zaznacza: - Nasz napój nie jest dedykowany dzieciom. Picie go można zacząć w tym samym wieku co kawy. Prawo wymaga, by na opakowaniu informować o wysokiej zawartości kofeiny, i my to robimy.

Tymczasem uczniowie przynoszą puszki energy drinków do szkoły razem z drugim śniadaniem. - Czasem nawet zamiast śniadania - opowiada Teodozja Maliszewska, nauczycielka z podstawówki nr 68 w Krakowie. I dodaje: - Nasze apele do rodziców, by zwracali uwagę na to, co piją ich dzieci, trafiają w próżnię.

Prof. Jędrzejko ocenia, że ok. 90 proc. rodziców wie, że dzieci piją napoje energetyczne, ale nie zdają sobie sprawy z zagrożenia, jakie one niosą. W swoim ośrodku ma 11-letniego pacjenta, który wypijał litr napoju energetycznego dziennie. - Dla ucznia podstawówki jedna puszka takiego napoju jest równoznaczna z wypiciem siedmiu kaw - alarmuje profesor. I opowiada, że jego pacjent pierwszą puszkę wypił, gdy miał dziewięć lat. Gdy doszedł do litra, był non stop pobudzony, nie mógł usiedzieć w ławce, bił kolegów, był agresywny w stosunku do rodziców. Ponieważ nie mógł spać, noce spędzał przed komputerem.

" Co może się stać po przedawkowaniu energy drinka przez dzieci?" - pyta 13-latka "josephine" na internetowym forum. "Wypiłyśmy z koleżanką 500 ml". Odpowiedź: "Ja też mam 13 lat i na wakacjach z koleżanką piłyśmy ze cztery na dzień, może nawet więcej, i nic nam jakoś nie było". Inni internauci odpisują: "Może ci się kręcić w głowie".



Pediatra Paweł Grzesiowski z Narodowego Instytutu Leków: - Przedawkowanie może powodować pobudzenie, drżenie rąk, zaburzenia rytmu serca, nadciśnienie tętnicze, agresję, bezsenność, drgawki, ból brzucha, odwodnienie, a nawet zatrucie z zaburzeniami świadomości. Spożywana przez dzieci kofeina może uzależnić psychicznie i fizycznie. - Nastolatki, które dzisiaj nadużywają tych środków, w wieku 20 lat będą miały chorobę wieńcową - dodaje prof. Jędrzejko. Podkreśla też, że 80 proc. uczniów uzależnionych dziś od narkotyków i dopalaczy zaczęło od napojów energetycznych.

We wrześniu 2010 r. na problem zwróciła uwagę Dania. Zaalarmowała Komisję Europejską, że informacje na opakowaniach energy drinków są niewystarczające. Chce też, by zakaz ich spożywania objął dzieci przynajmniej do 10. roku życia. Według dr. Grzesiowskiego we wszystkich krajach powinien obowiązywać zakaz sprzedaży energy drinków nieletnim. - Problemu nie można dłużej nie dostrzegać, ale wątpię, czy rozwiążą go odgórne zakazy. Potrzebna jest szeroka kampania informacyjna. Żaden poważny rodzic nie da dziecku siedmiu filiżanek kawy dziennie. Chodzi o to, by wiedział, że jedna puszka napoju energetycznego to właśnie tyle. A wielu myli ten napój z oranżadą - przekonuje Jan Bondar, rzecznik Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

GIS zaczyna właśnie drugą część badań o zwyczajach zdrowotnych uczniów. 12 tys. gimnazjalistów odpowie m.in. na pytania o picie napojów energetycznych. Wyniki zostaną przekazane samorządom oraz resortowi edukacji, który pytany przez nas, czy widzi potrzebę zajęcia się sprawą, na razie milczy.

[Julita Kwaśniak, Olga Szpunar](#)