

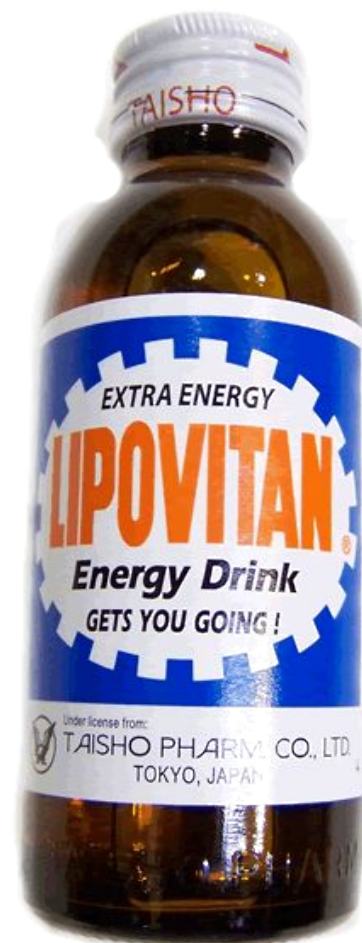
Энергетические напитки



Lucozade (Великобритания)



LIVITA, LIPOVITAN (Япония)



Jolt Cola (США)



Josta (CША)



Adrenaline Rush (США)



Adrenaline
RUSH®

Power Horse (Австрия)



Red Bull (Австрия)



ROCKSTAR

(Новая Зеландия и Австралия)



BURN (США)



Состав:

- Очищенная газированная вода
- Сахар
- Регуляторы кислотности (лимонная кислота, цитрат натрия)
- Таурин
- Натуральные красители (антоцианин, карамель)
- Глюкуронолактон
- Консерванты (сорбат калия, бензоат натрия)
- Ароматизаторы
- Кофеин
- Инозитол
- Витамины (B3, B5, B6, B12)
- Антиокислитель аскорбиновая кислота
- Экстракт гуараны

Очищенная газированная вода



Регуляторы кислотности



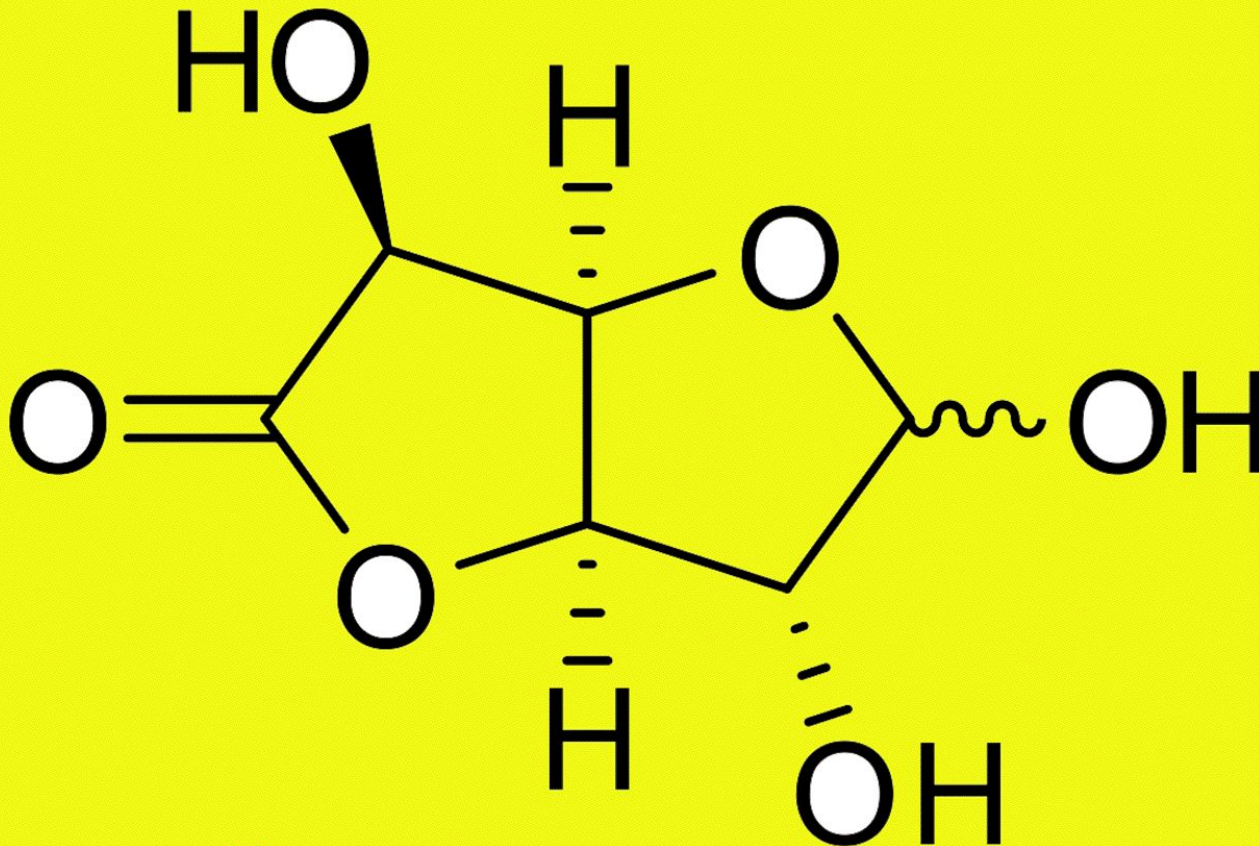
Таурин



Натуральные красители



Глюкуронолактон



Консерванты



Ароматизаторы



Кофеин



ИНОЗИТОЛ

Витамин В8



(ИНОЗИТ, ИНОЗИТОЛ)

Витамины (B3, B5, B6, B12)



Антиокислитель аскорбиновая кислота



Экстракт гуараны

Guarana Seed Extract

www.imaherb.com



Факт «За»

Если вам просто необходимо
взбодриться или
активизировать работу мозга,
энергетики отлично подходят
для этих целей

Факт «За»

Вы можете найти напиток соответственно своим потребностям. Энерготоники делятся на группы для людей с разными потребностями: в одних больше кофеина, в других — витаминов и углеводов. "Кофейные" напитки подходят заядлым трудоголикам и студентам, которые работают или занимаются по ночам, а "витаминно-углеводные" — активным людям, предпочитающим проводить свободное время в спортзале

Факт «За»

В энергетиках есть комплекс витаминов и глюкоза. О пользе витаминов говорить не приходится. Глюкоза быстро всасывается в кровь, включается в окислительные процессы и доставляет энергию к мышцам, мозгу и другим жизненно важным органам

Факт «За»

Эффект от принятия кофе действует 1-2 часа, от энергетиков – 3-4. Кроме того, почти все энергетики газированные, что ускоряет их воздействие – это третье отличие от кофе

Факт «За»

Упаковка позволяет употреблять энергетики в любых ситуациях (танцпол, автомобиль), что не всегда возможно с тем же кофе или чаем

Факт «Против»

Напитки можно употреблять строго дозировано. Максимум – 2 банки в день. В результате употребления напитка сверх нормы возможно значительное повышение артериального давления или уровня сахара в крови

Факт «Против»

Во Франции, Дании и Норвегии до 2009 года "энергетики" были запрещены к продаже в продовольственных магазинах, их можно было купить только в аптеках, так как они считались лекарственным средством

Факт «Против»

**Витамины, содержащиеся в
энерготониках, не могут
заменить мультивитаминный
комплекс**

Факт «Против»

Люди, имеющие проблемы с давлением или сердцем, должны избегать этих напитков

Факт «Против»

Содержимое банки не дает энергии, оно высасывает ее из тебя. Человек использует свои собственные ресурсы, а проще говоря, берет их у себя займы. Долг, разумеется, рано или поздно приходится возвращать, расплачиваясь усталостью, бессонницей, раздражительностью и депрессией

Факт «Против»

Кофеин, содержащийся в тониках, как и всякий стимулирующий препарат, истощает нервную систему. Эффект от него длится в среднем от трех до пяти часов – после чего организму требуется передышка. Кроме того, кофеин вызывает привыкание

Факт «Против»

Энергетик, как напиток,
содержащий сахар и кофеин,
небезопасен для молодого
организма

Факт «Против»

Многие энергетические напитки содержат в большом количестве витамин В, который способен вызывать учащенное сердцебиение и дрожь в руках и ногах

Факт «Против»

Любителям фитнеса стоит запомнить, что кофеин - хорошее мочегонное средство. А значит, употреблять напиток после тренировки, во время которой мы теряем воду, нельзя

Факт «Против»

В случае передозировки возможны побочные эффекты: тахикардия, психомоторное возбуждение, нервозность, депрессивное состояние

Факт «Против»

Тоники содержат таурин и глюкуронолактон. В тех количествах, в которых они содержатся в энергетических напитках, таурин и глюкуронолактон безопасны для здоровья человека. Однако, у этих добавок есть и свои противопоказания: в частности, возраст до 18 лет, длительное употребление у диабетиков (возможно обострение заболевания)

**Спасибо
за
внимание!**

