

В результате употребления энергетических напитков повышается артериальное давление и уровень сахара в крови.

Сам энергетический напиток не насыщен энергией, а вытягивает её из внутренних резервов человеческого организма.

После окончания действия энергетического напитка наступает усталость, раздражительность, бессонница и депрессия.

Кофеин, содержащийся в энергетическом напитке, истощает нервную систему и, кроме того, вызывает привыкание.

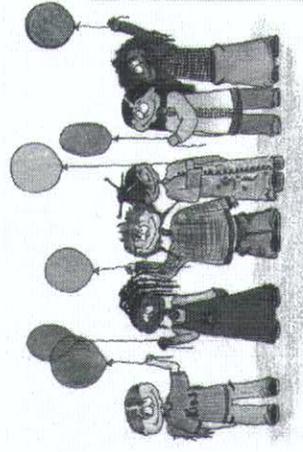
Витамин "В", содержащийся в энергетическом напитке вызывает дрожь в руках и ногах, а также учащённое сердцебиение.

Практически все энергетические напитки высококалорийны.

При передозировке энергетическими напитками возникают побочные эффекты – нервозность, психомоторное возбуждение и депрессивное состояние.

**Волонтерский отряд
«Источник»**

Энергетические напитки – польза или вред?



ДШО «Наше поколение»