

Жевательная резинка: польза или вред?



Выполнил работу:
Митряшев Вячеслав
учащийся 3Б класса
МБОУ «СОШ №1»

Руководитель:
Петрова Людмила Алексеевна,
учитель начальных классов

Мы жуём жвачку дружно.

А всегда ли это нужно?

Польза будет или вред?

Кто же даст на всем ответ?



Откуда мы знаем, что жвачка – это здоровье зубов, правильный кислотно-щелочной баланс и огромная польза для крепости и красоты наших зубов? Конечно, из рекламы! Но в рекламе говорится только о том, какие преимущества и выгоды может принести нам жевание жвачки, а вот о побочных эффектах или нежелательных воздействиях – ни слова.



Откуда мы знаем, что жвачка – это здоровье зубов, правильный кислотно-щелочной баланс и огромная польза для крепости и красоты наших зубов? Конечно, из рекламы! Но в рекламе говорится только о том, какие преимущества и выгоды может принести нам жевание жвачки, а вот о побочных эффектах или нежелательных воздействиях – ни слова.

Гипотеза: если часто и нерационально использовать жевательную резинку, то это негативно отразится на здоровье человека.



Цель исследования: выяснить положительное и отрицательное влияние жевательной резинки на организм человека.



Для достижения цели, я поставил перед собой следующие задачи:

- Проследить историю возникновения жевательной резинки.
- Изучить состав жевательной резинки.
- Выявить положительные и отрицательные воздействия регулярного жевания.
- Провести анкетирование учащихся
- Дать рекомендации по рациональному использованию жевательной резинки.



Предмет исследования: отношение к жевательной резинке младших школьников.

Объект исследования: жевательная резинка и ее влияние на здоровье человека.

Работа включила в себя несколько **этапов:**
Сбор информации об истории возникновения жевательной резинки и её составе.

Исследование влияния жевательной резинки на здоровье человека, через анализ состава



История возникновения жевательной резинки



Жевательная резинка
появилась более
5000 лет назад

3000 лет до н.э. наши предки уже жевали берёзовую смолу.

В древности индейцы, тренировали свои десны и жевательные мышцы смесью шерсти и меда.

В Европу жвачка из каучука попала после открытия Америки

КАУЧУК (от индийских слов "као" - дерево и "о-чу" - течь, плакать . Означает - "слезы дерева»)

В 1880 году аптекарь Джон Колган придумал к жвачке добавлять сахар и аромат.

В 1889 году выдан первый патент американцу Кристоферу Робертсону на жевательную резинку в форме продолговатой палочки.

В 1928 году появилась первая коммерческая жвачка под названием Dubble Bubble .

В 2001 году на прилавках появилась жвачка, в состав которой входили минералы, отбеливающие и укрепляющие зубы.

В 2007 году британские ученые придумали первую в мире жвачку, которая не липнет.



Жевательная резинка (жвачка) — вид конфеты, которая состоит из эластичной основы и различных вкусовых и ароматических добавок.



Всего было опрошено 45 учащихся начальной школы, и выяснено, что 85% употребляют жвачку, при этом что жуют, интересуются лишь – 30% . 14 человек любят жевательную резинку и употребляют её довольно часто, порой не задумываясь о составе.

Следующий этап в работе – исследование состава.



- Латекс – это основа жвачки
- Ароматизаторы – они не всегда безобидны
- Красители – многие из них очень вредны
- Подсластители, сахар – давно доказано, чем дольше его контакт с зубами, тем выше риск кариеса.
- Ацесульфам – К – по своей структуре он сходен с сахарином и способствует развитию опухолей.
- Аспартам – вызывает головную боль, головокружение и тошноту.
- Сорбит и ксилит – больше одной упаковки в день может дать слабительный эффект.



Детский и взрослый «Орбит»

Параметры исследования	Детская жевательная резинка Orbit	Взрослая жевательная резинка Orbit
Наличие сахара	60%	Без сахара
Длительность сохранения яркого вкуса, мин.	7 минут	15 минут
Наличие неприятного привкуса после исчезновения вкуса: да/нет, характер привкуса	Да. Синтетический привкус.	Да. Синтетический привкус.



- E100-199-красители.
- E102, E120 - вызывают аллергию - крапивницу;
- E124 - провоцируют приступы астмы;
- E171-173 - приводят к заболеваниям печени и почек.
- E200-299-консерванты.
- E250, E251 - вызывают рак, аллергию, головную боль, печеночные колики;
- E230-232 - провоцируют развитие рака;
- E231-232 - вредны для кожи;
- E270 - опасен для детей и людей с лактозной недостаточностью.
- E300-399-антиокислители.
- E311, 320, 321 - вызывают аллергию и приступы астмы, повышают холестерин в организме.
- E400-499-загустители, стабилизаторы.
- E407, 447 - вызывают заболевания печени и почек;
- E461-466 - заболевания желудочно-кишечного тракта;
- E421 - очень вреден для зубов.
- E450 - способствует развитию остеопороза.
- E500-599-эмульгаторы.
- E508-512 - вызывают развитие рака.
- E510, 513, 527 - отрицательно влияют на печень, могут вызвать сильное расстройство желудка.
- E600-699-усилители вкуса.
- E621 - оказывает неблагоприятное воздействие на сетчатку глаза, вызывает головные боли, повышенное сердцебиение, слабость в мышцах.



Положительные стороны жевательной резинки

1. Очищение зубов после еды.
2. Освежает дыхание.
3. Препятствует развитию микробов вызывающих кариес.
4. Стимулирует кровообращение в дёснах.
5. Укрепляет нижнюю челюсть.
6. Помогает избежать проблем с закладыванием ушей пассажирам самолёта.
7. По некоторым исследованиям: жуют для того, чтобы чувствовать себя увереннее, успокоиться, расслабиться.





Отрицательные стороны жевательной резинки

- Первый же кусочек пищи, взятый в рот, вызывает выработку желудочного сока. С резинкой происходит то же самое – сок вырабатывается, но переваривать-то ему нечего. С этого могут начаться проблемы с желудком.
- Прилипая к зубам, «жвачка» способна провоцировать выпадение пломб, а если в зубах есть трещины – дальнейшее их разрушение, а также негативно влияет на эмаль зубов.
- Аэрофагия (заглатывание лишнего воздуха);
- На прилепленной под школьной партой жевательной резинке несколько дней живут микробы больного школьника жевавшего её;
- Психологи отмечают, что у детей, не выпускающих «жвачку» изо рта, снижается уровень интеллекта. Резинка не дает возможности сосредоточиться, притупляет внимание и ослабляет процесс мышления.
- Жевательная резинка вызывает привыкание.

Обработав анкеты, я понял, что не жуют резинку каждый день 14 из 24 детей. 2 детей знают, что жевать «жвачку» нужно после приема пищи. 7 детей не жуют ее вообще. 11 детей отдают предпочтение «жвачке» «Дирол», 9 «Орбиту», а 4 жуют «жвачки» других марок. 7 из 24х детей проглатывали ее, но большее количество, это 17 детей которые не глотали «жвачку» никогда. Большинство, это 17 детей знают что «жвачка» вредна, 3 детей думают, что она приносит пользу и 4 не знают, вред или пользу приносит она нашему здоровью. Но думаю, что моя работа поможет им узнать все о пользе и вреде жевательной резинки.

**Выводы делать только вам: друг
жевательная резинка или враг.**

Жевать - не жевать?

Решайте сами!

Я рассказал,

А выбор за вами!

**Заботьтесь о своём здоровье, помните: оно
в ваших руках!**

Человек своему здоровью кузнец!

HE TI!



Спасибо за внимание!