

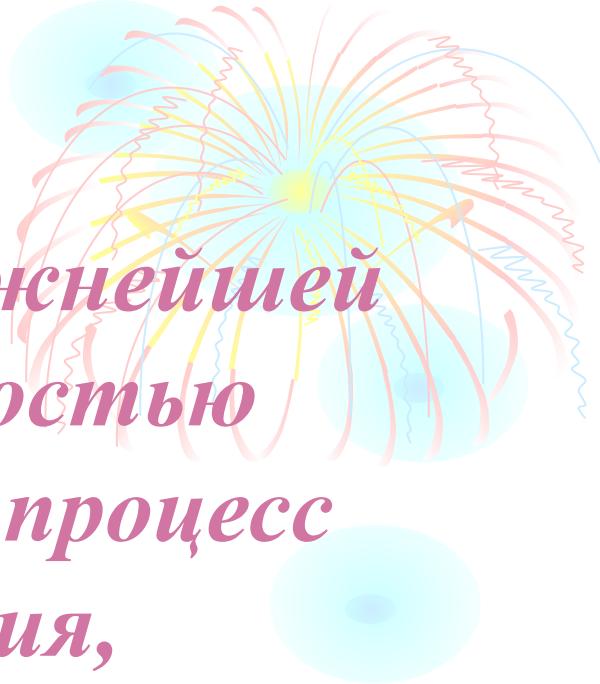
Газированные напитки: вред или польза



Авторы: Абдуллина Сабрина,
Хабибуллина Диана

Класс: 4 «Б»

Питание является важнейшей физиологической потребностью организма. Это сложный процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ.





Наш организм на 80% состоит из воды. Для поддержания водного равновесия мы пьём каждый день. Кто-то предпочитает кофе, кто-то чай, соки, газировку. Основу любого напитка составляет вода. Помимо воды в напитках содержатся другие вещества, оказывающие воздействие на наш организм. Это воздействие может быть как положительным, так и отрицательным.

Гуляя летом по улицам города, я заметила, что достаточно большое количество детей пьют газированные напитки.

Интересно, они полезны или нет?

Цель нашей работы –

узнать подробнее о газированных напитках и решить – так ли они вредны для человека и стоит ли их пить.



Задачи:

- узнать историю создания газированных напитков;
- изучить состав выбранных газированных напитков;
- узнать о влиянии «газировки» на здоровье человека.



Предмет исследования:

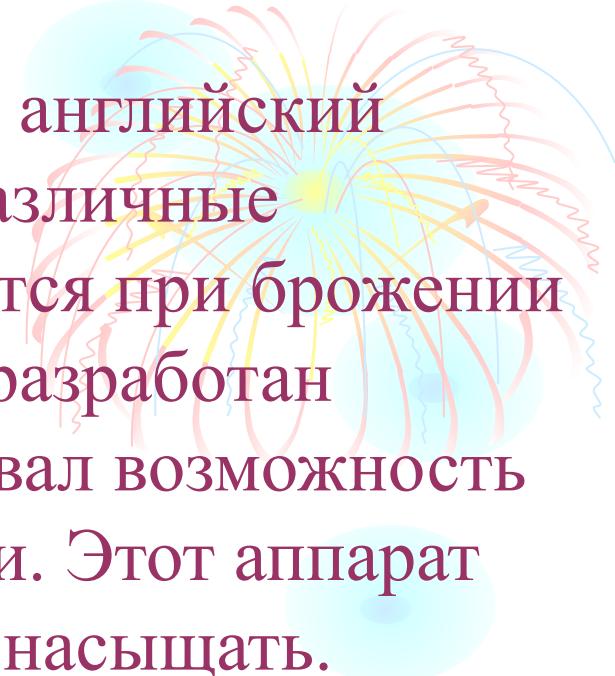
два выбранных газированных напитка.

Объект исследования:

информации о газированных напитках.

Гипотеза:

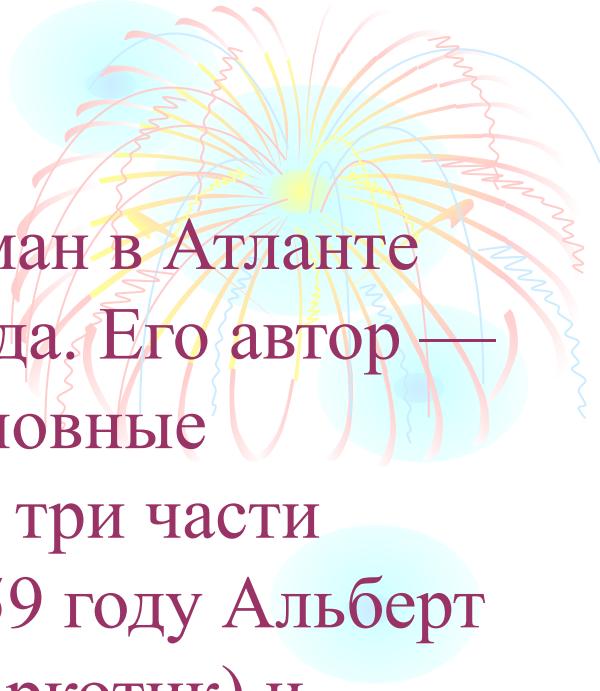
мы предположили, что состав газированных напитков не такой уж и вредный для здоровья, как нам говорят взрослые.



Газированную воду в 1767 г. изобрел английский химик Джозеф Пристли. Он проводил различные эксперименты с газом, который выделяется при брожении в чанах пивоваренного завода. Им был разработан аппарат, который при помощи насоса давал возможность насыщать воду углекислыми пузырьками. Этот аппарат был назван «сатуратор» от лат. *saturo* — насыщать.

В 1783 г. промышленное производство начал Якоб Швепп, который и создал торговую марку Schweppes. А первыми марками газировки, выпущенной в Америке, стали: Кока-кола, Фанта, Спрейт и Пепси-кола.

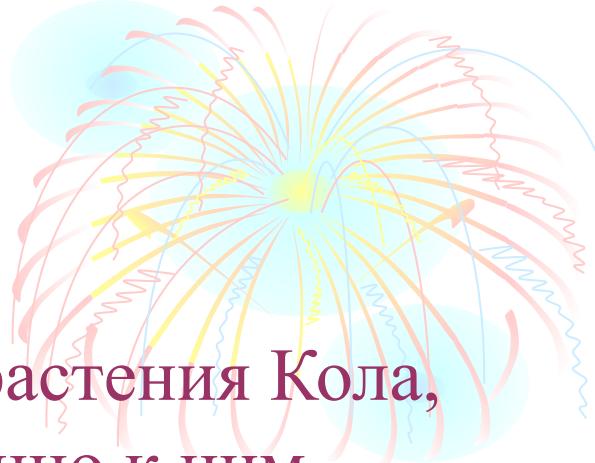
В нашей стране первыми газированными напитками стали Байкал, Буратино и Тархун.



Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте (штат Джорджия, США) 8 мая 1886 года. Его автор — фармацевт Джон Стит Пембертон. Основные ингредиенты Кока-Колы были таковы: три части листьев коки (из этих же листьев в 1859 году Альберт Ниман выделил особый компонент (наркотик) и назвал его кокаин) на одну часть орехов тропического дерева колы. Получившийся напиток был запатентован как лекарственное средство «от любых нервных расстройств» и начал продаваться через автомат в крупнейшей городской аптеке в Атланте.

Музей кока-колы в Атланте (США)





Кока-кола, пепси-кола сделаны из растения Кола, которое содержит кофеин. Соответственно к ним возникает привыкание. Всё остальное в Кока-коле – это сахар, а в диетическом варианте – аспартат, то есть диетическая Кола вреднее обычной. Кроме того, в состав Колы входит ортофосфорная кислота – Е-338, которая вредит нашим зубам, и углекислый газ.

Для своих исследований мы выбрали два напитка:



Состав напитков:

«Кока-кола»:

очищенная питьевая вода, сахар, двуокись углерода, краситель (Е 150а), регулятор кислотности (Е338), кофеин, натуральный ароматизатор, натуральные экстракты.

«Сэвен-ап»:

очищенная питьевая вода, сахар, двуокись углерода, регулятор кислотности (Е296, Е330, Е331), консервант (Е211), натуральный ароматизатор , натуральные экстракты.

Таблица пищевых добавок

Код добавки	Классификация	Химическое название	Воздействие на организм
E 150a	Красители	Сахарный колер простой	Вредное действие пока не установлено
E 338	Антиоксиданты	Ортофосфорная кислота	Вызывает расстройство желудка
E 296	Консерванты	Яблочная кислота	Не рекомендуется младенцам и маленьким детям
E 330	Антиоксиданты	Лимонная кислота	Нет данных
E 331	Антиоксиданты	Цитрат натрия	Нет данных
E 211	Консерванты	Бензоат натрия	Способствуют возникновению онкологических заболеваний



Газированные напитки пользуются большой популярностью среди населения, особенно у детей и молодёжи. Это мы выяснили , проведя анкетирование учащихся нашей школы.

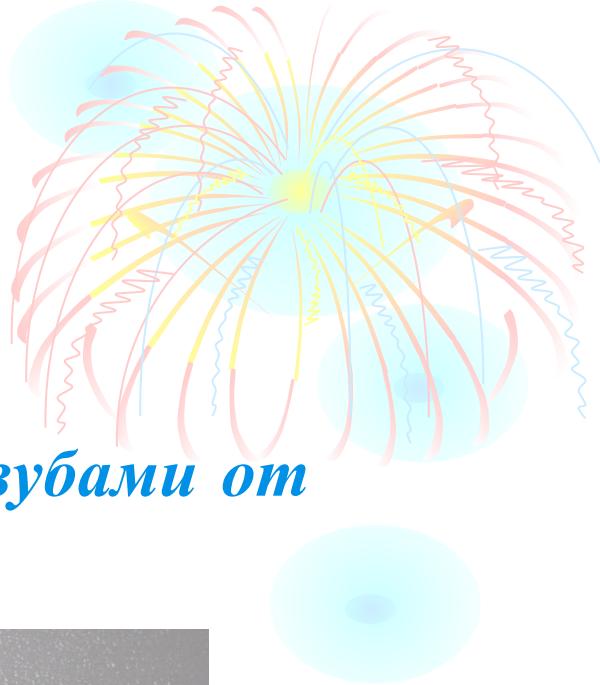
Нам удалось выяснить, что 83% опрашиваемых пьют газированные напитки, причём 79% пьют кока-колу, пепси и др. Ежедневно употребляют газированные напитки 42% детей, в среднем по 1 литру – 42%. За вкус её предпочитают 79% опрошенных. В основном, чувствуют себя хорошо из-за недлительного времени употребления – 84%. О вреде газированных напитков знают 63% опрошенных, а рекомендуют друзьям - 26% детей.

*Поместили в стаканы с напитками яичную
скорлупу*



А вот результат:

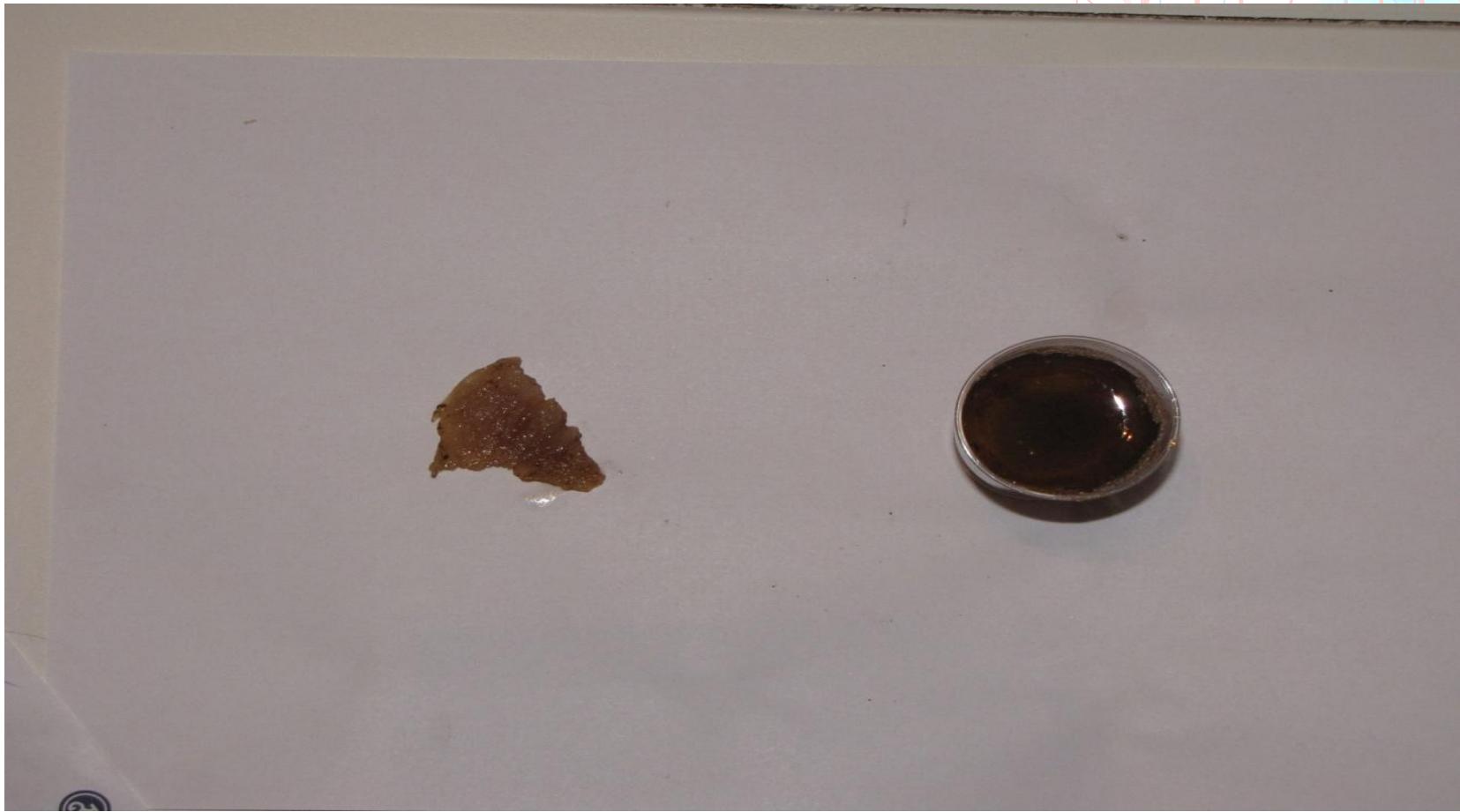
Примерно то же произойдет и с зубами от частого употребления колы



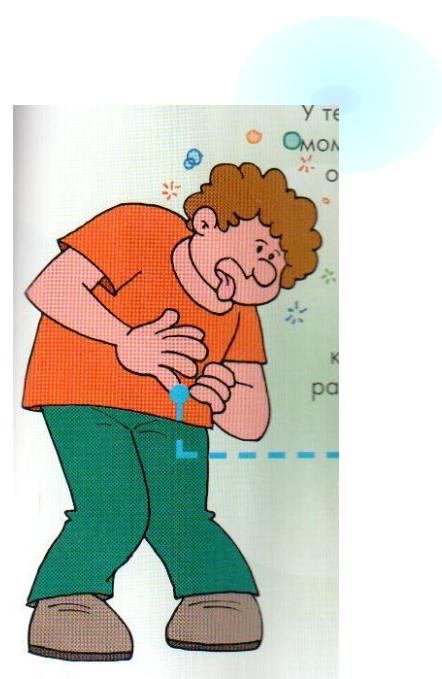
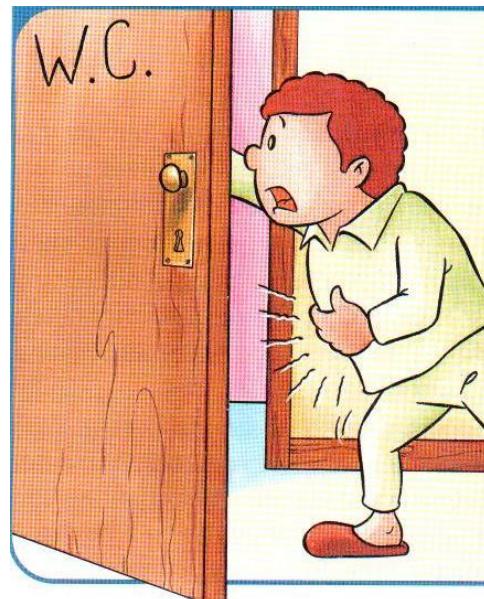
Поместим кусочек мяса в стакан с колой



Мясо не растворилось, но очень сильно изменилось

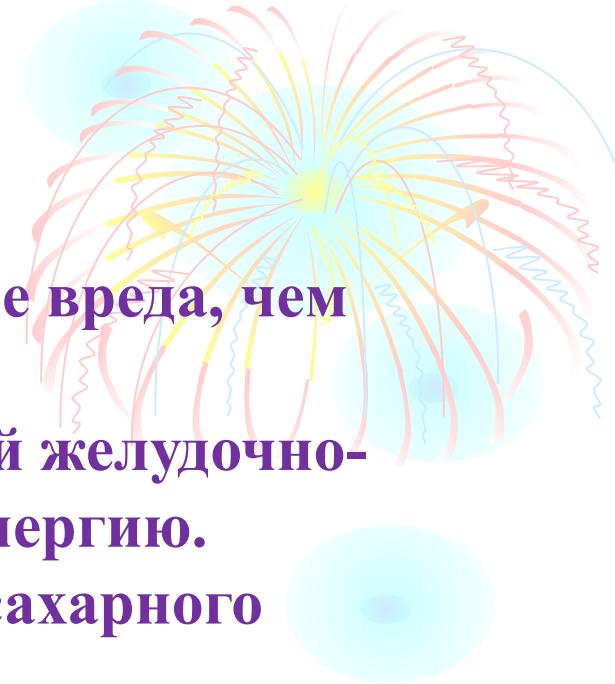


*Если много выпить газировки может
быть такой результат:*



Выводы:

- Газированные напитки приносят больше вреда, чем пользы.
- Они ведут к формированию заболеваний желудочно-кишечного тракта, почек, вызывают аллергию.
- Увеличивают вероятность ожирения и сахарного диабета.
- Приводят к зависимости и при их отмене ведут к депрессиям.
- Могут провоцировать головные боли и сердцебиение.
- Последствия длительного употребления сказываются в более старшем возрасте – это развитие онкологических заболеваний.



Наше здоровье в наших руках. Будем здоровы!

*Спасибо
за
внимание*

