

Zpráva pro rodiče – Informace k užívání energetických nápojů

Vážení rodiče,

dovolujeme si vás touto cestou oslovit s problematikou požívání energetických nápojů dětmi a mladistvými. Jako základní škola máme zcela odmítavý postoj ke konzumaci těchto nápojů, a to nejen na půdě školy. Vnímáme mnohá rizika spojená s konzumací stimulačních nápojů, jejichž hlavním cílem je zvýšení pozornosti a nárůstu mentální či fyzické výkonnosti. Opravdu toto potřebují již děti školou povinné?

V současnosti marketingový trh využívá známé influencery či mládeži zajímavou reklamu, podobu etiket apod. Je nutné na tomto místě upozornit, že mladiství kombinují různé značky energy drinků během dne, dále také zkouší kombinaci těchto nápojů např. s diskutovaným kratomem či lify. Užívání energetických nápojů je nyní mezi žáky naší školy velmi atraktivní.

V souvislosti s tímto trendem je nutné zmínit množství kofeinu či cukru ve jmenovaných nápojích a jejich nezanedbatelný vliv na centrální nervovou soustavu dětí, která může být u některých jedinců již specifikována také poruchami chování či učení. Kofein sice oddaluje únavu, ale také zvyšuje tep, roztahuje cévy, je spojován s nespavostí, úzkostí či bolestmi hlavy. Horní hranice cukru v těchto nápojích pak není nijak formálně omezena, což může vést k nadváze či obezitě. Nedostatečně probádanou oblastí jsou pak přidané látky v těchto nápojích. Více informací nabízí např. článek „Konzumace energetických nápojů dětmi a mladistvými a rizika s tím spojená“ od organizace Prevcentrum (www.prevcentrum.cz). Zajímavý článek publikovala také organizace PrPom (První pomoc zážitkem o.p.s. www.prpom.cz), a to pod názvem „Mýtus č.97 Energetické nápoje mohou pít i děti“.

Ve vybraných ročnících se snažíme k tomuto tématu cílit preventivní program, a to ve spolupráci s externími spolupracovníky. Nedocenitelným však nadále zůstává přístup rodiny.

Děkujeme za přečtení i spolupráci!

Mgr. Pavla Holoubková, metodik prevence sociálně patologický jevů