

Ερευνα: Τα ενεργειακά ποτά δεν πρέπει να καταναλώνονται από παιδιά κάτω των 16 ετών

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Επιπροσθέτως ο Gavin Partington, από τη Βρετανική Ένωση Αναφυκτικών, δήλωσε και αυτό

Επιπροσθέτως ο Gavin Partington, από τη Βρετανική Ένωση Αναφυκτικών, δήλωσε και αυτός ότι τα αθλητικά ποτά έχουν σχεδιαστεί για ενυδάτωση κατά τη διάρκεια ή μετά από έντονη σωματική δραστηριότητα και θα πρέπει να καταναλώνονται με μέτρο.

Μελέτη που έγινε πρόσφατα από τους επιστήμονες του Πανεπιστημίου του Cardiff της Ουαλίας διαπίστωσε ότι το 89% των παιδιών ηλικίας 12 έως 14 ετών είχαν πει ενεργειακά ποτά έστω και μια φορά ενώ το 68%, κατανάλωνε τέτοιο ποτό τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα.

Οι ερευνητές διαπίστωσαν επίσης, ότι ούτε τα παιδιά ούτε όμως και οι περισσότεροι γονείς, γνώριζαν ότι τα ενεργειακά ποτά δεν είναι κατάλληλα για ανήλικους.

Η Οδοντιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου που δημοσίευσε την έρευνα, στην οποία συμμετείχαν 160 παιδιά από τέσσερα σχολεία της Νότιας Ουαλίας, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι έλκονται από αυτά τα ποτά τα παιδιά, λόγω της γλυκιάς γεύση τους, της χαμηλής τιμής και τη εύκολης διαθεσιμότητας τους.

Τα μισά από τα παιδιά είπαν ότι έπιναν τα ποτά αυτά σε κοινωνικές εκδηλώσεις τους και όχι μετά από μια αθλητική τους επίδοση. Μόνο το 18% υποστήριξε ότι τα πίνουν για να βελτιώσουν τις αθλητικές τους επιδόσεις.

Οι ερευνητές ανέφεραν ότι είναι ιδιαιτέρως ανησυχητικό το γεγονός ότι το ¼ των παιδιών απάντησε ότι αγόρασε τέτοια ποτά σε κέντρα αναψυχής.

Σύμφωνα με την λέκτορα Οδοντιατρικής για την Δημόσια Υγεία, Maria Morgan, ο σκοπός των αθλητικών ποτών έχει παρεξηγηθεί και αυτή η μελέτη δείχνει με ξεκάθαρα αποδεικτικά στοιχεία ότι τα παιδιά ηλικίας γυμνασίου έλκονται από τα ποτά που έχουν υψηλά επίπεδα σακχάρου και χαμηλά επίπεδα pH.

Ωστόσο, αυτό - όπως είπε - οδηγεί σε αυξημένο κίνδυνο καταστροφής της οδοντιατρικής κοιλότητας, με διάβρωση του σμάλτου των δοντιών καθώς και σε αύξηση της παχυσαρκίας.

Το Τμήμα Αθλητισμού και Ιατρικής Άσκησης (FSEM) κάνει έκκληση για αυστηρότερες ρυθμίσεις γύρω από την προώθηση των αθλητικών ποτών στα παιδιά.

Όπως αναφέρει ο πρόεδρος FSEM, Paul Jackson τα αθλητικά ποτά προορίζονται για τους αθλητές που συμμετέχουν σε αθλήματα αντοχής και σε έντονες ασκήσεις και δραστηριότητες, ενώ συμπλήρωσε ότι συνδέονται με τη φθορά των δοντιών σε αθλητές και θα πρέπει να χρησιμοποιούνται σύμφωνα με την εισήγηση της FSEM για την οδοντιατρική και υγειονομική πρόληψη.

Επιπλέον, τόνισε ότι το νερό ή το γάλα επαρκούν για να ενυδατωθεί και να πάρει την απαραίτητη ενέργεια ένα παιδί.

Ο οδοντίατρος Russ Ladwa, από την British Dental Association, δήλωσε: «Τα αθλητικά ποτά σπάνια είναι μια υγιεινή επιλογή και η εμπορία τους στο γενικό πληθυσμό, και ιδίως στους νέους γίνεται με μεγάλη ανευθυνότητα».

Επιπροσθέτως ο Gavin Partington, από τη Βρετανική Ένωση Αναψυκτικών, δήλωσε και αυτός ότι τα αθλητικά ποτά έχουν σχεδιαστεί για ενυδάτωση κατά τη διάρκεια ή μετά από έντονη σωματική δραστηριότητα και θα πρέπει να καταναλώνονται με μέτρο.

Και πρόσθεσε: «Μέσα στο 2016 οι εταιρείες αναψυκτικών συμφώνησαν να μην διαφημίζουν ποτά με υψηλή περιεκτικότητα σε ζάχαρη σε παιδιά κάτω των 16 ετών σε όλα τα κανάλια των μέσων ενημέρωσης, συμπεριλαμβανομένων των online. Η νέα δέσμευση περιλαμβάνει επίσης περαιτέρω περιορισμούς στη διαφήμιση και γύρω από τα σχολεία».

Πηγή: naftemporiki.gr