

Влияние энергетических напитков на здоровье и адаптационный потенциал молодежи

Цыганкова Дарья Анатольевна, Макаренко Людмила Сергеевна

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат биологических наук Меленчук Екатерина Вячеславовна, Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Введение

В настоящее время отмечается тенденция к потреблению энергетических напитков среди молодежи. Современное высшее образование предполагает высокие энергозатраты, подверженность эмоциональным потрясениям и стрессам, что ведёт к физическому и умственному истощению. Именно эти факторы определяют желание молодежи потреблять такие легкодоступные продукты, обещающие повышение работоспособности и выносливости.

Цель исследования

Изучение влияния компонентов энергетиков на интеллектуальные возможности студентов и на их физическое состояние.

Материалы и методы

В исследовании участие приняли 22 студента БГМУ в возрасте от 19 до 21 года, мужского и женского пола. Испытуемым было предложено решение стандартных тестов на определение уровня памяти вне приема энергетиков и после приема. Опыт проводился после выходных для минимизации погрешности.

Результаты

В условиях опыта было показано, что энергетики оказывают моделирующее действие, что отображено в полученных графиках и таблицах.

Выводы

Была выявлена неоднозначность влияния энергетических напитков на интеллектуальные возможности и эмоциональный фон молодежи. Прием энергетиков оправдан в случае острой необходимости и вызывает кратковременный эффект. Длительный прием приводит к нежелательным эффектам и приводит к патологическим изменениям со стороны сердечно-сосудистой системы.