

Пилатова А. В.

ВЛИЯНИЕ НАПИТКА «КОКА-КОЛА» НА ОРГАНИЗМ. ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

Научный руководитель канд. биол. наук, доц. Хрусталева В. В.

Кафедра общей химии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Красочная реклама Кока-Колы завораживает с первых секунд, не так ли? Мировой напиток известен всем, но далеко не каждый знает его историю, состав и как его изготавливают. Я решила углубиться в историю его происхождения и разобраться чем кола так нравится и взрослым, и детям, есть ли польза и каков вред его использования?

Цель: выяснить влияние напитка «Кока – Кола» на наш организм.

Материалы и методы. Газированный напиток «Кока-Кола. Работа с информационными источниками, Интернет – ресурсами, наблюдение, сравнение, анализ и обобщение информации, опрос 90 человек (учащихся 11 класса).

Результаты и их обсуждение. Мной проведено анкетирование учащихся СШ №99. Анкетирование показало, что газированные напитки являются популярными среди учащихся: их употребляют 93% опрошенных учеников. И несмотря на то, что 78% учащихся считают это вредным, 52% предпочитают колу воде. Это говорит о хорошей информированности ребят о свойствах Кока-Колы, а также о том, что родители следят за рационом своих детей. Но есть 17%, которые не знают о вреде напитка и употребляют Кока-Колу ежедневно 14%. Сверстники пьют Кока-Колу, потому что она сладкая, полезная, на некоторых влияет яркая реклама, так считают 58 %.

Рассмотрев этикетку «Кока-Колы», хочу отметить, что в её состав входит регулятор кислотности - ортофосфорная кислота- подкислитель (Е338). Пищевую ортофосфорную кислоту применяют в производстве газированной воды и для получения солей (порошки для изготовления печенья, сухарей). Кислота - оказывает токсическое действие на почки, печень и нервные клетки, «вымывает» кальций (причина ломкости костей), разрушает зубную эмаль. Благодаря высокому содержанию ортофосфорной кислоты Кока-Кола прекрасно удаляет ржавчину и накипь в чем я убедилась на практике, налив в чайник с накипью колу, на следующее утро, к моему удивлению, чайник блеснул как новый. Когда стали замерять кислотность (величину рН) Кока Колы специальными приборами, оказалось, что она имеет рН на грани фолы 2.45. Чтобы нейтрализовать кислоту от одного стакана Кола Колы, нужно выпить 2 таблетки микрогидрина, который имеет рН10. Кофеин. Под воздействием кофеина ускоряется сердечная деятельность, поднимается кровяное давление, примерно на 40 минут слегка улучшается настроение за счёт высвобождения дофамина, но через 3-6 часов действие кофеина проходит: появляется усталость, вялость, снижение трудоспособности. Кофеин, как и другие стимуляторы ЦНС, противопоказан при повышенной возбудимости, бессоннице, выраженной гипертензии и атеросклерозе, при органических заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Получив эту информацию, можно сказать: для производства «Кока-Колы» используют большое количество синтетических веществ в виде Е-добавок, не все из которых являются полезными для нашего организма.

Выводы. При проведении практической части работы я пришла к выводу, «Кока-Кола» вредна для здоровья, так как является искусственным продуктом, содержит заменители сахара, кислоту и различные пищевые добавки, отрицательно действующие на растущий организм ребенка. Однако только регулярное употребление может привести к повышению артериального давления, заболеваниям сердца, диабету и ожирению. Небольшое количество время от времени не принесет существенного вреда.

Закончить работу хотелось словами великого Парацельса, «всё есть яд и всё есть лекарство. Только доза делает лекарство ядом и яд лекарством».