

Вред газированных напитков



**Для придания напиткам «пузырящегося
эффекта» их заправляют углекислым
газом**



**Как только невинная, на первый взгляд,
смесь попадает в детские желудки,
она начинают нещадно
раздражать их слизистую –
повышается кислотность,
возникает брожение,
а иногда даже
расстройство
пищеварения**



В газировке содержится очень большое количество сахара

Из-за этого напиток, призванный утолить жажду,
еще больше ее провоцирует – вот почему
ребенок пьет разноцветную жидкость и просит
еще и еще..



**Сладкие газированные напитки увеличивают
вероятность ожирения почти в 2 раза**



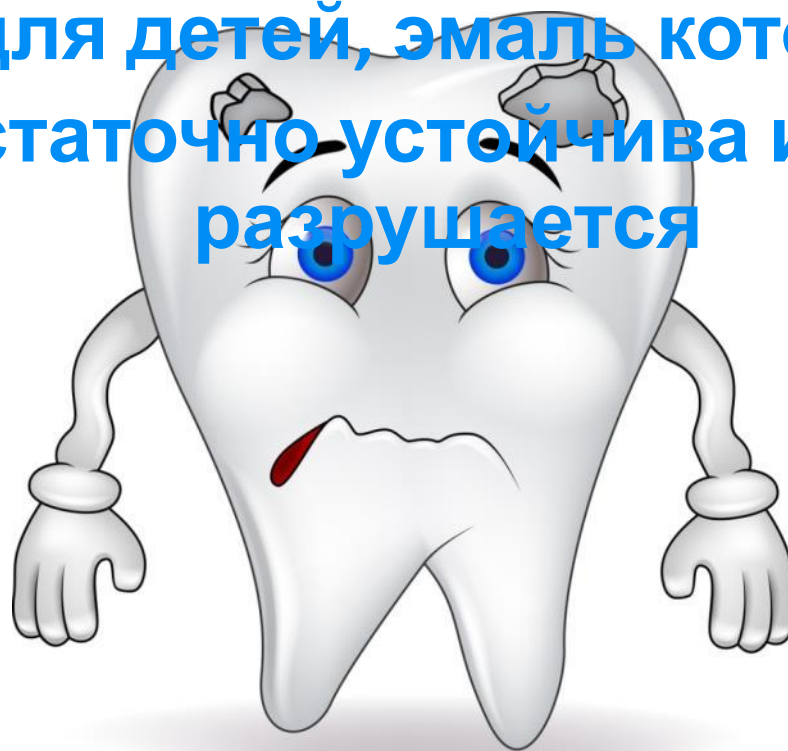
**В газировке содержатся
красители**



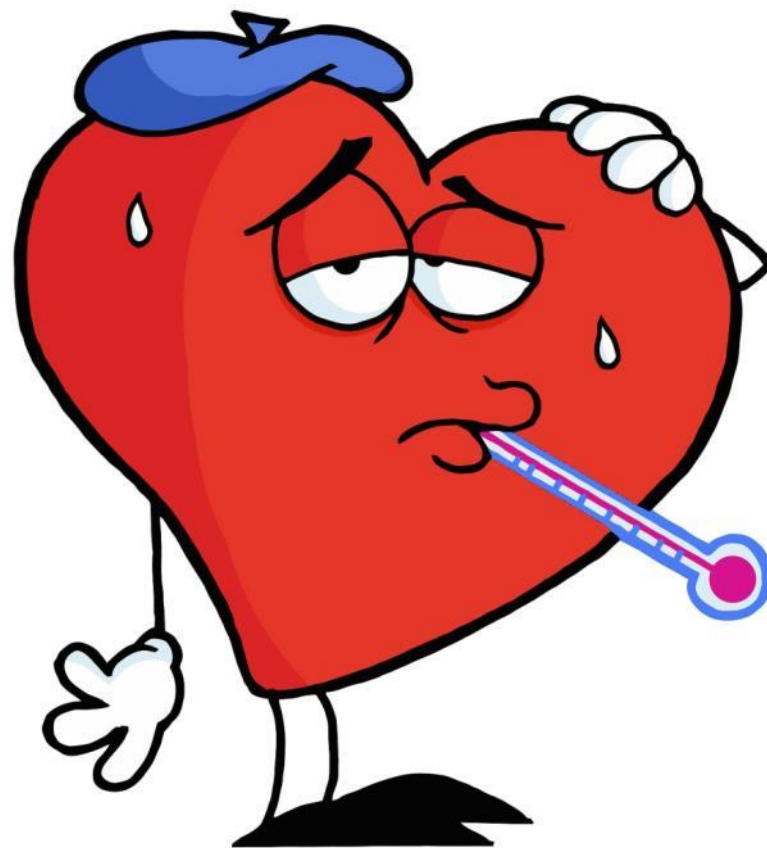
Красители могут приводить к
различным
аллергическим реакциям – от насморка



**Газированные напитки содержат
различные
кислоты, которые оказывают негативное
воздействие на эмаль зубов. Особенно
это
опасно для детей, эмаль которых еще
недостаточно устойчива и легко
разрушается**



**В некоторые
газированные
напитки
добавляется кофеин,
который опасен для
нервной системы
ребенка и плохо
сказывается на
работе его сердца**



Лучше всего приготовить дома морс из ягод,
компоты и брать их с собой в дорогу или приобрести
артезианскую
воду без газа



А что выберешь ты?

