

Употребление энергетиков среди молодежи: опасные тенденции

Михалчанова Карина, 3 курс, гр.ТОВ22-01, ТюмКЭУП; Субарева Полина, 3 курс, гр.ТОВ22-01, ТюмКЭУП.

Научный руководитель: Муравьева И.Н., канд. тех. наук, преподаватель ТюмКЭУП

Цель исследования:

выявить причины, побуждающие молодежь к употреблению энергетиков, масштабы и опасные тенденции проблемы.

Актуальность темы заключается в необходимости повышения осведомленности молодежи о потенциальных рисках употребления энергетических напитков.

Задачи проекта:

1. Изучить масштабы проблемы;
2. Исследовать воздействие ингредиентов, энергетических напитков на физическое и психическое здоровье;
3. Проанализировать причины употребления энергетических напитков студентами ЧПОУ ТООПО ТюмКЭУП, на основе анкетирования;
4. Разработать рекомендации по снижению употребления энергетических напитков в молодежной среде.



МАСШТАБЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ В 2024г.



ВОЗДЕЙСТВИЕ ИНГРЕДИЕНТОВ, СОДЕРЖАЩИХСЯ В СОСТАВЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ НА ЗДОРОВЬЕ:

физическое:

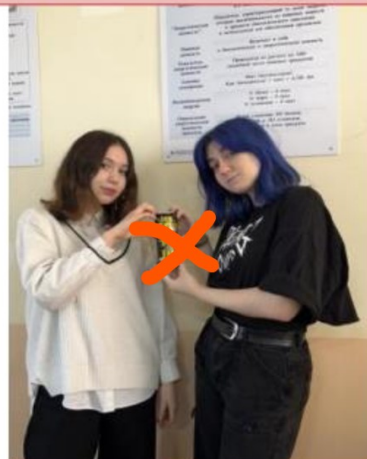
увеличение сердечного ритма
риск сердечно-сосудистых заболеваний
нарушение сна
расстройства пищеварения

психическое:

повышение уровня тревожности
возможность развития зависимости
ухудшение концентрации и памяти
увеличение риска депрессии



Фото сделано с согласия студентов колледжа ТюмКЭУП



АНАЛИЗ ПРИЧИН УПОТРЕБЛЕНИЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ СТУДЕНТАМИ НА ОСНОВЕ ПРОВЕДЕННОГО АНКЕТИРОВАНИЯ

Причины употребления:

- желание повысить уровень энергии
- мода и влияние сверстников
- агрессивная маркетинговая стратегия
- легкость покупки и низкая цена
- потребность справиться с учебным и социальным стрессом

Таким образом, студенты в основном употребляют энергетические напитки для увеличения энергии и повышения концентрации, что подтверждается тем, что 40% респондентов указывают на увеличение энергии как основную причину, а 30% – на повышение концентрации внимания. Устранение усталости также является значимой причиной, на которую указали 17% опрошенных.

Так установлено, что основные мотивы употребления энергетических напитков у студентов колледжа связаны с необходимостью поддержания продуктивности и энергоемкости в учебном процессе.

Информационная база исследования:

Анализ исследования РАНХиГС, за последние 10 лет.
Анализ маркетинговых исследований, проведенных среди студентов 1-4 курсов ТюмКЭУП.
Интернет ресурс znaytovar.ru

СОСТАВ ЭНЕРГЕТИКОВ



- Кофеин
- Таурин
- Теобромин
- Глюкуронолактон
- Гуарана, женьшень
- Сахароза или глюкоза
- Витамины группы В

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СНИЖЕНИЮ УПОТРЕБЛЕНИЯ:

- ограничение рекламы энергетиков
- пропаганда здоровых способов повышения энергии
- улучшение качества сна
- введение заменителей



ВЫВОД: чем моложе респонденты, тем чаще они употребляют энергетические напитки, поэтому частичное ограничение на их производство и запрет продажи вблизи учебных заведений могло бы способствовать минимизации потребления данных напитков

В России с 2014 по 2024г. выросла доля потребителей энергетических напитков с 16,6%, до 22,8%. Также, за десятилетие снизилась доля тех, кто вообще не употребляет энергетики, с 83,4 до 77,2%. Таким образом можно утверждать, что чем моложе респонденты, тем чаще они потребляют энергетики.