

Тема: «секрет» кофеина руководитель проекта : Бородина марина Владимировна

Моя цель: изучить влияние кофеина на организм человека

Задачами являются: изучить историю кофеина, выяснить как взаимодействуют кофеин с алкоголем, определить дневную норму потребления кофеина человеком, узнать секрет кофеина.

Кофеин давно уже стал незаменимой составляющей нашего рациона. Так или иначе мы его постоянно употребляем. Кока-кола, чай, кофе и даже шоколад — основные источники кофеина. От чашки кофе проще проснуться утром и зарядиться бодростью на целый день, а от шоколада мгновенно повышается настроение. Тем не менее, мы мало что знаем о кофеине и о его влиянии на наш организм. Поэтому освещение этой проблемы является важным для современного общества. В 1819 году Фридрих Фердинанд Рунге, открыл кофе. Кофеин – химическое вещество так же содержится в чайных листьях, какао-бобах, листьях и побегах мате, вьющейся лиане гуаране.

Нейтрализует ли кофеин алкоголь?

Он не может его нейтрализовать, даже если выпить крепкий чай или кофе. Кофеин и алкоголь дополняют друг друга и эта смесь становится опасной. Безопасной доза – 300 мг. Это 3 чашки кофе. Умереть от передозировки кофеина маловероятно, ведь смертельная доза составляет 100 выпетых за раз чашек кофе. Кофеин легальный наркотик от него появляется зависимость. Прекращение употребление вызывает ломку как и от других наркотиков. Он дает организму большую дозу энергии, поэтому входит в большой состав энергетиков, бороться с сонливостью. Так же повышает адреналин и уровень дофамина. Достигая цели проекта и решая задачи я выяснила что кофеин оказывает как положительное, так и отрицательное влияние на организм человека. Несомненно, кофе — отличный напиток, но лучше стимулировать свой организм здоровым образом жизни. Тогда кофеин вам будет и не нужен. Спасибо за внимание.