Prevencija: "Štetni učinci konzumacije energetskih napitaka kod djece i mladih"

Provoditelj: Željeznička tehnička škola Moravice
Godina provedbe: 2024

Kratki opis programa
Među učeničkom populacijom u posljednje je vrijeme primijećen trend učestale konzumacije energetskih napitaka. Njihov okus, cjenovna prihvatljivost, dostupnost i jaka marketinška izloženost dovode mlade u tzv. „začarani krug“ konzumacije bez osviještenosti o štetnim učincima koji se kriju u pozadini.

Sažetak programa
Pedagog Željezničke tehničke škole Moravice Mateo Havaić prepoznao je navedeni problem te je na razini škole sa uzorkom od 160 ispitanika proveo istraživanje o navikama konzumacije navedenih napitaka. Dobiveni rezultati ukazuju na to kako se učenici s energetskim napitcima po prvi puta susreću još u 5. ili 6. razredu osnovne škole, a 92% ispitanih učenika bar je jednom probalo ista. Kao razlog konzumacije učenici najčešće navode: „fin okus“, „dobivanje potrebne energije“ i „razbuđivanje“ što sugerira dvije stvari, prvo takva pića imaju enormnu koncentraciju šećera (gotovo 30 grama šećera na 250 ml) te drugo mladi ostaju budni dugo u noć i imaju neredovit ritam spavanja i odmora zbog čega ujutro posežu za energetskim pićem u nadi da će im isto kompenzirati nedostatak sna i pružiti energiju za obavljanje školskih obaveza što je čista zabluda. Također, rezultati istraživanja pokazuju svojevrsni paradoks, učenici u jednu ruku tvrde da su svjesni štetnosti takvih pića po njihovo zdravlje te da su upoznati sa sastojcima koji se nalaze na deklaraciji proizvoda, međutim unatoč navedenome mnogobrojni koševi za otpad puni su praznih limenki.

Upravo na temelju dobivenih rezultata osmišljena je radionica koja je realizirana u svih 11 razreda, a učenike nastoji educirati o sastavu i štetnosti takvih pića. Velike količine šećera, kofeina, aditiva (bojila, arome, regulatori kiselosti) i drugih psihostimulansa za koje vjerujemo da nikada niste niti čuli kao što su taurin, ginseng, guarana ili glukuronolakton, mogu dovesti do ozbiljnih psihofizičkih posljedica i rizika. Neke od posljedica po zdravlje konzumenata mogu biti: srčani udar, moždani udar, srčane aritmije, povećanje razine krvnog tlaka, tjeskoba, poremećaj spavanja, refluks kiseline, mučnina, povraćanje, dehidracija, pretilost i sl. U RH među učeničkom populacijom već je zabilježeno nekoliko slučajeva smrti ili teških moždanih udara te je intenzivna edukacija i prevencija jedini način u borbi protiv napitaka koji su preplavili tržište te su svakodnevno dostupni našoj djeci.

1. Županije provedbe
Primorsko-goranska

2. Datum početka i završetka programa
Datum početka: 04.09.2023
Datum završetka: 21.06.2024

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

4. Ako da, s kim (suradnik u provedbi)

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa
Mjesto provedbe programa: Moravice
Godina u kojoj se program provodio: 2023.

Broj obuhvaćenih korisnika: 150

6. Je li program originalno autorsko djelo nositelja ili je preuzet za korištenje uz dozvole autora
Izvor programa: Originalni program
Originalni naziv programa na jeziku s kojeg je preuzet:

7. Razina preventivnih intervencija
Univerzalna

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren
Škola

9. Rizični i zaštitni čimbenici na koje program cilja
Rizični čimbenici:
Zaštitni čimbenici:

10. Procjena potreba
Način provedbe:
Očekivani rezultati:

11. Trajanje programa
Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima:

12. Ciljevi programa
Opći:
Specifični:

13. Ciljana skupina
Srednja škola

14. Korisnici programa
Opis korisnika:
Broj korisnika na godišnjoj bazi: 150

15. Metode korištene u programu
Radionica

16. Program je evaluiran
ne

17. Vrsta provedene evaluacije
Ne

18. Metoda evaluacije

19. Evaluatori

20. Najvažniji rezultati evaluacije

21. Program je promoviran u okviru medijske kampanje na nacionalnoj i/ili lokanoj razini

Promoviran:
Sadržaj i tijek kampanje:

22. Ukupni proračun programa za jednu godinu provođenja (HRK)

23. Izvori financiranja

Vlastita sredstva (HRK):
Gradsko financiranje (HRK):
Županijsko financiranje (HRK):
Nacionalno financiranje (HRK):
Drugi izvori (HRK):