

## Expunere de Motive

### **LEGE**

#### ***pentru reducerea consumului băuturilor carbogazoase de catre minorii cu varsta de pana la 16 ani***

Băuturile carbogazoase sunt preferatele societății din sec. XXI, în fiecare an consumandu-se tone de astfel de lichide. Băuturile carbogazoase sunt non-alcoolice, fiind preparate din apă, cafeina și un agent aromatizat. Exista totuși posibilitatea ca și în aceste băuturi să se găsească suc de fructe sau alcool - sub 0.5% din volumul total pentru ca băutura să fie încadrată în sectorul băuturilor non-alcoolice.

Medicii pediatri și nutriționiști atrag atenția asupra pericolului la care părinții îi expun pe minori, lasându-i să bea astfel de băuturi. Sucurile bogate în cafeină sunt asociate cu apariția **ADHD**-ului, tulburări ale somnului, lipsa puterii de concentrare și compromis sanatatea oaselor, din cauza cafeinei continute. În aceste băuturi nu există componente nutritive (vitamine sau minerale), marea majoritatea fiind preparate din apă filtrată și zahăruri rafinate.

#### **Crestere în greutate și obezitate**

Consumul zilnic a 330 ml băuturi carbogazoase se traduce prin creșterea în greutate cu 500 g într-o singură lună. Potrivit studiilor, legătura dintre creșterea în greutate și băuturile carbogazoase este atât de strânsă, încât după fiecare pahar consumat riscul de obezitate crește de 1,6 ori.

#### **Diabet zaharat**

Diabetul este o consecință a creșterii în greutate și a obezității, deoarece produsele care favorizează creșterea în greutate cresc riscul apariției diabetului zaharat. Băuturile carbogazoase nu numai că favorizează creșterea în greutate, dar afectează și capacitatea organismului de a procesa zahărul.

#### **Scade densitatea osoasă, osteoporoza**

Potrivit specialiștilor, aciditatea din aceste băuturi scade densitatea osoasă și promovează pierderea calciului din organism, astfel, riscul de osteoporoza crește. Totodată, *consumul ridicat de sodiu în rândul copiilor reprezintă un factor de risc pentru calcifierea normală a oaselor*. În 1950, copiii consumau 3 cani cu lapte pentru consumul unui singur pahar cu băutura carbogazoasă; astăzi, raportul este inversat - 3 pahare cu băuturi carbogazoase pentru fiecare pahar cu lapte.

#### **Carii dentare**

Potrivit oamenilor de știință, băuturile carbogazoase sunt responsabile de dublarea sau triplarea incidenței cariilor dentare, deoarece acestea atacă și dizolvă smaltul dinților. Acidul conținut de aceste băuturi poate dizolva conținutul mineral al smaltului, fapt care conduce la apariția sensibilității dinților și, ulterior, la cariile dentare.

#### **Acidul din băuturi face mai mult rău danturii decât zahărul solid conținut de boamboane!**

#### **Boli renale**

Cercetătorii au demonstrat că prin consumul unei cantități ridicate de băuturi carbogazoase riscul dezvoltării litiazei renale este foarte ridicat din cauza acidității acestor produse și a dezechilibrelor minerale radicale.

#### **Hipertensiune arterială**

Ingestia unei cantități ridicate de fructoză, care se găsește în special în băuturile racoritoare, determină creșterea presiunii sanguine.

### **Provoaca arsuri stomacale**

Bauturile carbogazoase reprezinta principalul factor de risc in cazul arsurilor stomacale.

### **Sindromul metabolic**

Bauturile carbogazoase reprezinta un factor de risc major pentru dezvoltarea sindromului metabolic - se manifesta prin: hipertensiune arteriala, obezitate, hipercolesterolemie si rezistenta la insulina.

### **Afectiuni hepatice**

Exista dovezi potrivit cărora, consumul frecvent de bauturi racoritoare creste riscul pentru ciroza hepatica, asemanator consumului de alcool.

### **Alte afectiuni ale sistemului digestiv**

Indiferent de compania producatoare, bauturile carbogazoase au un *pH acid de 2.51*, adica aproximativ acelasi ca si otetul, dar continutul de zahar mascheaza nivelul ridicat al aciditatii. **PH-ul apei este 7.** Din intregul sistem digestiv (de la gura pana la rect) numai stomacul rezista intr-un mediu acid cu *pH-ul 2.0*. Inainte sa ajunga in stomac, bauturile carbogazoase trec prin celelalte organe ale sistemului digestiv, provocand astfel un mediu anormal de acid. Acidul fosforic din bauturile carbogazoase concureaza cu acidul clorhidric din stomac, afectand functiile acestuia, astfel, alimentele raman nedigerate si apar probleme precum: indigestia, gaze intestinale, balonarea.

### **Deshidratarea**

Bauturile carbogazoase au proprietati asemanatoare diureticelor, conducand la deshidratarea organismului. Cafeina este un diuretic care determina cresterea volumului de urina. Nivelul ridicat de zahar determina retinerea apei in organism deoarece rinichii urmaresc eliminarea excesului de zahar din sange. Astfel, un pahar cu suc carbogazos pentru a va potoli setea, efectul va fi tocmai contrar!

### **Continutul ridicat de cafeina**

Dozele ridicate de cafeina provoaca: iritabilitate, hipertensiune arteriala, insomnie, afectiuni ale sistemului digestiv, aritmii etc.

### **Toxine - aspartamul**

Substanta toxica din bauturile carbogazoase este un indulcitor artificial numit aspartam. Aspartamul este produs din 3 *substante chimice: acid aspartic, fenilalanina si metanol*. Cu toate ca are peste 92 efecte secundare, aspartamul este frecvent adaugat in compozitia produselor alimentare deoarece este de 200 ori mai dulce decat zaharul normal.

### **Posibile leziuni celulare**

Potrivit ultimelor studii, bauturile carbogazoase provoaca deteriorari grave ale celulelor; **conservantul E211 (benzoat de sodiu)** continut de aceste bauturi are capacitatea de a *distruge parti vitale ale ADN-ului*. Majoritatea studiilor efectuate până acum în ceea ce privește influența obezității la copil și adolescent au rezultate ce converg către aceeași concluzie: obezitatea apărută în copilărie și menținută la vârsta adultă este mai greu de tratat decât cea apărută la maturitate. Dacă avem în vedere numeroasele complicații asociate obezității precum și comorbiditățile, unele dintre ele cu prognostic vital, putem înțelege impactul major al acestei patologii apărute la vârste fragede asupra individului, colectivității si nu în ultimul rând, asupra societății în general.

Dintre complicațiile obezității *diabetul zaharat tinde a deveni boala secolului*, dar nu sunt de neglijat complicațiile cardiovasculare care duc la mortalitate precoce, cele osteo articulare, endocrine (infertilitate), digestive (litiază biliară) etc.

Obiceiurile alimentare și cele legate de activitatea fizică a unui individ își au originea în copilărie, însă se stabilizează și permanitizează în special pe parcursul adolescenței. Acest lucru este influențat de factori psihologici caracteristici vârstei adolescenței și a celor sociali, precum școala și relațiile interpersonale cu

colegii de aceeași vârstă. *Astfel școala are un rol esențial în formarea unor comportamente alimentare sănătoase.*

Programele de educație privind o alimentație sănătoasă, absolut obligatorii în școli își văd roadele în timp și se confruntă cu o serie de dificultăți, ce fac necesară suplimentarea lor cu alte măsuri, precum interzicerea comercializării unor tipuri periculoase de alimente (fast-food, băuturi carbogazoase, - printre cele mai periculoase fiind băuturile cu cofeina de tip pepsi-cola, coca-cola) în incinta școlii:

**consecințele pozitive ale comportamentelor sănătoase apar după intervale de timp mari**, ceea ce face dificilă focalizarea pe aceste consecințe de lungă durată. Autocontrolul este un mecanism ineficient și tardiv în reducerea consumului produselor periculoase în cazul copiilor și adolescenților; **comportamentele de risc au mai multe consecințe imediate** decât comportamentele sănătoase. Ca urmare, mulți adolescenți optează pentru comportamentul care îi oferă recompensa pozitivă imediată, fără a lua în considerare consecințele nefaste pe termen lung. **Comportamentele de risc** odată formate, precum comportamentele alimentare neadecvate, **sunt greu de modificat** și solicită din partea adolescentului și a familiei foarte mult efort consecvent de ani de zile. Procesul de modificare a unui comportament de risc este un proces îndelungat datorită factorilor care mențin comportamentul și necesită realizarea unui plan de modificare sistematic și de lungă durată.

Interzicerea consumului de băuturi carbogazoase în școli este o măsură necesară.

**Având în vedere**, inițiativa Organizației Mondiale a Sănătății care îndeamnă Statele Membre să promoveze strategii de reducere a consecințelor negative fizice, psihice și sociale ale alimentației nesănătoase în rândul copiilor și adolescenților,

**Având în vedere** articolul 3 din Tratatul Comunității Europene care stipulează că activitățile Comunității trebuie să includă o contribuție la atingerea unui nivel înalt de protecție a sănătății,

Luând în considerare:

- nevoia de a lua măsuri pentru protecția împotriva facilitării accesului minorilor la consumul de băuturi carbogazoase;
- nevoia de a lua măsuri care se adresează riscurilor specifice legate de dezvoltarea armonioasă la copil când se proiectează strategiile privind alimentația sănătoasă,

**Propun** ca băuturile de tip coca-cola, băuturile cu conținut de cofeină precum și băuturile carbogazoase să fie interzise spre vânzare minorilor, având în vedere pericolul de dependență la care sunt expuși aceștia și totodată ravagiile ce le provoacă într-un organism tânăr, în formare și nu numai, consumul acestor băuturi.

Astfel, **este necesar să se** interzică consumul băuturilor carbogazoase în incinta instituțiilor de învățământ și să fie luate măsuri de restricționare a vânzării;

- **producătorii să fie obligați în publica informații pe eticheta produsului** despre efectele provocate de consum;

- de asemenea, ar fi utilă o interdicție în publicitate, promovare și sponsorizare ar reduce efectul negativ al consumului de băuturi carbogazoase;

Reglementarea în domeniul publicității, promovării și sponsorizării trebuie să ia în considerare următoarele principii:

- publicitatea la produse alimentare precum și promovarea și sponsorizarea, ar trebui însoțite de avertismente corespunzătoare legate de sănătate și mesaje de siguranță;

În sensul celor prezentate mai sus, vă supunem aprobării prezentul proiect legislativ: **Lege pentru reducerea consumului băuturilor carbogazoase de către minorii cu vârsta de până la 16 ani**

**Inițiator**

**Deputat PSD Ilfov**

**Vicepresedinte PSD Ilfov**

**Ninel PEIA**

