



ANÁLISE DOS RÓTULOS DOS REFRIGERANTES MAIS CONSUMIDOS ENTRE OS ALUNOS DO COLÉGIO RAYMUNDO CARVALHO

¹Julia Garcez, ²Fabielle Tolfo, ³Bruna de Oliveira, ⁴Daniela Costa, ⁵Gabriela de Lima

RESUMO: Os refrigerantes existem da forma como a gente conhece há mais de 120 anos e, no Brasil, segundo informa o IBGE, está entre os cinco alimentos mais consumidos do país, à frente de qualquer tipo de carne, fruta ou verdura. Só que junto ao prazer oferecido pelo refrigerante pode haver muitos perigos a nossa saúde. Assim, este trabalho justifica-se pela necessidade de compreender os principais componentes dos refrigerantes que afetam a saúde. Como o uso de refrigerantes cresce a cada ano devido à falta de conhecimento da população e o uso refrigerante causa vários malefícios à saúde, torna-se relevante o estudo do tema. O objetivo geral da pesquisa é identificar os componentes químicos dos refrigerantes mais consumidos entre os alunos do Colégio Raymundo Carvalho, e suas consequências para a saúde. Como específicos, identificar os refrigerantes mais consumidos entre os alunos; classificar os principais componentes químicos e identificar suas funções; descobrir qual refrigerante é mais prejudicial à saúde; analisar os efeitos do uso de refrigerante sobre a saúde dos alunos e por fim identificar o nível de conhecimento dos alunos sobre os malefícios causados pelos refrigerantes. O problema que se buscou responder é sobre quais são os principais componentes dos refrigerantes que afetam a saúde. Como método, foi utilizada a análise dos rótulos dos refrigerantes, pesquisas em sites, revistas de saúde, experiências (fervendo o refrigerante no fogo), para saber a quantidade de açúcar e posteriormente foi realizada uma enquete com os alunos do Colégio Raymundo Carvalho Ensino Fundamental II. Após aplicarmos a enquete obtivemos resultados diversos na primeira pergunta, a qual se referia ao refrigerante mais consumido e a maioria dos alunos prefere Coca-Cola e Guaraná. A segunda pergunta mencionava a frequência que os estudantes ingerem refrigerantes, sendo que a maior parte toma refrigerante uma vez por semana e, por fim, a terceira pergunta se referia ao conhecimento dos alunos sobre os malefícios dos refrigerantes, nesse aspecto a grande maioria tem noção dos prejuízos causados pelos refrigerantes. Logo, conclui-se que os refrigerantes causam muito mal à saúde humana, trazendo doenças que podem causar grandes riscos futuramente, como câncer, envelhecimento precoce e até infertilidade, e os componentes que possuem nele também, como o Corante Caramelo IV e o Corante Amarelo Crepúsculo FCF. Muitas pessoas não sabem as doenças que eles causam, assim acabam ingerindo o refrigerante em grandes quantidades. É sempre bom substituí-los por algo benéfico, ou caso o indivíduo tome, é necessário ter uma alimentação saudável para que os riscos de contrair, algumas das doenças, sejam menores.



PALAVRAS-CHAVE: Refrigerantes, saúde, prejuízos.