

# Begudes energètiques

- Contenen gran quantitat de cafeïna
- Consumeix-les amb moderació
- No les barrejis amb begudes alcohòliques
- No són begudes isotòniques o per a esportistes.  
No les utilitzis abans, durant o després d'una activitat física intensa

Recorda!

Cal evitar-ne el consum en:

- Infants
- Dones embarassades o en període de lactància
- Persones sensibles a la cafeïna, amb patologies cardíaques o amb trastorns neurològics

Fes-ne un consum responsable!

