

Огляд ринку спортивних напоїв

Анжеліка Головенько, Ірина Ясінська
Національний університет харчових технологій, Київ

Вступ. Спортивні напої споживають з метою швидкого відновлення водного балансу, рівня електролітів в організмі та як джерело додаткової енергії. Такі напої можуть вживатися до, під час і після тренування.

Матеріали і методи. Проведено аналіз стану сучасного ринку спортивних напоїв: різновиди, асортимент, основні функціональні компоненти, перспективи розвитку закордонного та вітчизняного ринків.

Результати. Базово спортивні напої можна розділити на три типи за вмістом вуглеводів і електролітів: ізотонічні – містять подібні концентрації солі (46–69 мг/100 мл) і цукру (6–8 г/100 мл), як і в організмі людини; гіпертонічні – містять більшу концентрацію цукру (≥ 10 г/100 мл); гіпотонічні напої – містять нижчу концентрацію солі (< 50 мг) і цукру (2–4 г/100 мл), ніж людський організм. Кожен тип використовується відповідно до потреб спортсменів.

Електроліти з напоїв відновлюють рівень мінеральних речовин в організмі, які інтенсивно втрачаються через потовиділення під час фізичної активності. Основними електролітами в спортивних напоях є натрій, калій, кальцій, магній, фосфор.

Важливою функцією спортивних напоїв є швидке забезпечення організму енергією. Особливо це актуально для довготривалих фізичних навантажень. Зазвичай рецептури спортивних напоїв містить комбінацію глюкози, фруктози, сахарози, мальтодекстринів. Використання полімерів, як мальтодекстрини, дозволяє підвищити концентрацію вуглеводів не роблячи продукт занадто солодким для споживання, оскільки вони менш солодкі, ніж сахароза або глюкоза.

До вторинних компонентів спортивних напоїв належать вітаміни, холін, таурин, карнітин, амінокислоти та інші. Амінокислоти здатні уповільнити втому і покращити роботу м'язів. Вітаміни групи В, таурин та холін використовують з метою прискорення обміну речовин і вироблення енергії. Карнітин запобігає синтезу молочної кислоти у крові, попереджуючи м'язові судоми.

Рідко до складу спортивних напоїв включають кофеїн або екстракт гуарани, які характерні для енергетичних напоїв, та мають збуджуючий вплив на центральну нервову систему.

Спортивні напої є сегментом світового ринку напоїв, який швидко розвивається. Очікується, що світовий ринок спортивних напоїв зросте з 27,22 млрд дол. у 2021 році до 36,35 млрд дол. у 2028 році при сукупному середньорічному темпі росту 4,2 % [1]. Вітчизняний ринок здебільшого представлений закордонними товарами. Серед українських виробників авторам вдалось знайти лише напої «iFresh sport» від Malbi beverages, ТОВ “Ізумруд ЛТД” (м. Кременчук, Полтавська обл.).

Висновки. Розроблення рецептур спортивних напоїв потребує глибокого розуміння фізіології та потреб організму під час фізичних навантажень, біологічній дії активних компонентів. Світовий ринок спортивних напоїв є досить динамічним.

Література

1. Sports drink market size, share & covid-19 impact analysis, by type, brand, packaging type, distribution channel and regional forecasts, 2021 – 2028: marketing forecast. URL: <https://www.fortunebusinessinsights.com/sports-drink-market-102083> (дата звернення: 10.04.2022).