

ENSAYO EXPOSITIVO Y ARGUMENTATIVO

Dairo Alexander Guzmán Gutiérrez

Presentado a: Raúl Cuenca

**INSTITUCION EDUCATIVA MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA
CASTELLANO
GRADO: 11
IBAGUE – TOLIMA
2021**

ENSAYO EXPOSITIVO

Tema: Importancia de las energías renovables

El futuro de la humanidad y del planeta dependen de la manera en la que produzcamos energía: un sistema energético fiable, asequible y descarbonizado es fundamental. De este modo nos sirven las energías renovables que son fuentes de energía limpias, inagotables y crecientemente competitivas. Se diferencian de los combustibles fósiles principalmente en su diversidad, abundancia y potencial de aprovechamiento en cualquier parte del planeta, pero sobre todo en que no producen gases de efecto invernadero.

En otras palabras, la importancia de dichas energías renovables es poder desarrollar energías limpias para poder combatir el cambio climático y poder limitar los posibles efectos devastadores que esto conlleva, por otra parte, las energías limpias pretenden lograr un acceso universal a la electricidad a futuro porque estos son algunos de los objetivos para un desarrollo sostenible, ya que con esta idea se pretende a millones de personas que no cuentan con acceso a suministro eléctrico.

De igual importancia decir que los sistemas energéticos basados en las tecnologías renovables tendrán efectos económicos muy positivos para la economía a nivel global y el desarrollo de esta.

Las energías renovables son capaces de brindar miles de ventajas para el cuidado de nuestro planeta y están son algunas de las más importantes:

- Reducen la contaminación y mejoran la calidad del aire
- Ayudan a mantener intactos los recursos naturales no renovables del planeta
- Mejoran la calidad de vida y estabilizan la economía
- Ayudan a garantizar un buen futuro a las nuevas generaciones
- Son una fuente inagotable de energía
- Permiten reducir la dependencia energética de terceros

En conclusión, tras conocer las ventajas y todos los beneficios que traen consigo las energías renovables, podemos decir que son de vital importancia en un futuro para nuestra sociedad y es bueno que estas energías reciban un impulso positivo con el objetivo de cuidar del planeta y reducir el efecto invernadero.

ENSAYO ARGUMENTATIVO

Tema: Razones para que los niños no consuman bebidas energizantes ni azucaradas

Las bebidas energéticas en niños y adolescentes cada día son más comunes de ver, pero estas no son las más recomendables para los adolescentes ni mucho menos para los niños ya que estos contienen sustancias que pueden ser muy nocivas para la salud en diferentes formas. Podemos decir que casi un 70% de los adolescentes de los 10 a los 18 años son consumidores habituales de estas bebidas, y casi un 12% de los menores presentan un consumo alto, ahora vamos a mirar unos de los riesgos de las bebidas energéticas en niños.

- **1. Cafeína y estimulantes**

La gran mayoría de bebidas energéticas como Speed Max, Red Bull, contienen unas grandes cantidades de cafeína como consecuencia están ingiriendo grandes cantidades de cafeína y estimulantes que pueden ser peligrosos para ellos y se puede decir que contiene más de 500 mg de cafeína, lo que equivale a 14 latas de gaseosas.

- **2. Obesidad y diabetes**

Dichas bebidas energéticas contienen también una gran cantidad de azúcar lo que conlleva a generar problemas de obesidad tanto en niños y adolescentes, y esto se podría corregir para así evitar el sufrimiento de muchas personas y poder salvar vidas por lo que genere tener tanta obesidad como diabetes.

- **3. Mezcla con el alcohol**

En ocasiones los adolescentes suelen combinar las bebidas energéticas con el alcohol y esto puede generar taquicardia, aumento de la presión arterial, problemas de coordinación motora, confusión, intoxicación e incluso fallas cardíacas.

- **4. Otros riesgos**

la cafeína es más nociva en el sistema cardiovascular e inmunológico de niños y adolescentes. Le pueden ocasionar:

- Trastornos del sueño
- Irritabilidad
- Inquietud
- Nerviosismo
- Diabetes

En conclusión, podemos decir que el consumo de bebidas energizantes tanto en niños como en adolescentes puede ser muy nociva para su salud por infinidad de causas así que el gobierno o las entidades que fabrican este tipo de productos deberían manejar las sustancias con las cuales hacen sus bebidas para que sea apta para el consumo de todo el público y que esto no lleve riesgos que puedan atentar contra su vida y su salud.

ANEXOS

- <https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/alimentacion-ninos/peligro-bebidas-energeticas-ninos-jovenes/>
- <https://www.eude.es/blog/importancia-energias-renovables/>
- https://www.acciona.com/es/energias-renovables/?gclid=CjwKCAjw2bmLBhBREiwAZ6ugo-e9FdEUxBs91ENGWLtxxF9E1zgyKkvQG9wieUba5svz74aY5yztSxoCtZ0QAvD_BwE&adin=02021864894