Conclusione: Per ragioni anatomiche, spesso i bambini mancano della moti

Conclusione: Per ragioni anatomiche, spesso i bambini mancano della motivazione di bere a sufficienza. Però già una leggera carenza di liquidi compromette in parte considerevolmente le capacità cognitive. È responsabilità di...

Conclusione: Per ragioni anatomiche, spesso i bambini mancano della motivazione di bere a sufficienza. Però già una leggera carenza di liquidi compromette in parte considerevolmente le capacità cognitive. È responsabilità dei genitori, degli insegnanti e degli allenatori assicurare che i bambini bevano una quantità sufficiente di liquidi sia durante le lezioni scolastiche, sia durante e dopo lo sport. Secondo le raccomandazioni della Società Tedesca di Nutrizione (DGE), il fabbisogno di liquidi dovrebbe essere coperto principalmente da acqua e altre bevande a basso contenuto energetico. Prof. Ingo Froböse della Scuola universitaria dello sport di Colonia consiglia acqua purissima e pulita: "Abbiamo bisogno di acqua che abbia un'alta capacità di assorbimento quindi quasi pura, con pochi minerali, con pochi solidi sospesi perché solo così può garantire che svolga rapidamente ed efficientemente la sua funzione di trasporto," afferma lo scienziato dello sport. L'acqua è indispensabile per garantire le funzioni di tutti i processi biologici nel corpo umano. L'anidride carbonica e lo zucchero dovrebbero essere evitati il più possibile.

Ulteriori informazioni su acqua pura, pulita e possibilmente biodisponibile: https://t.me/truuinfochannel

It's good.
to be truu.