Децата трябва да покриват своите нужди от течности най-добре с вод

Децата трябва да покриват своите нужди от течности най-добре с вода "Освежаващите напитки" не само че правят хората дебели, но също така са вредни за зъбите и костите! Че Coca Cola е нездравословна и между другото способства за затлъстяването е известно ...

Децата трябва да покриват своите нужди от течности най-добре с вода "Освежаващите напитки" не само че правят хората дебели, те също така са вредни за зъбите и костите!

Че Coca Cola е нездравословна и между другото способства за затлъстяването е известно. Успешните разходи за реклама на концерна в размер на 84,2 милиона евро (източник Statistica.com) въпреки това постигнаха да консумират 26,62 милиона германски граждани Coca Cola през 2020 година.

Преди консумацията на така наречените "освежаващи напитки" от деца и юноши в Германия RKI предупреждава в своя Journal for Health Monitoring (2018/1) със следните думи: "Високото потребление на захарни напитки се свързва с развитието на затлъстяване (обезитас), захарен диабет тип II и други хронични болести. Освен това потреблението на захарни напитки е натоварване за зъбите, тъй като захарта и киселините, които често се добавят в освежаващите напитки, атакуват емайла на зъбите и могат да насърчат образуването на кариес. Освен това изследванията показват, че съществува връзка между потреблението на захарни напитки и намаляване на костната плътност, причинено от киселините, съдържащи се в тях (напр. фосфорна киселина) в напитки с кола през юношеството. След препоръката на Германското общество за хранене (DGE) поради тези причини нуждите от течности трябва да бъдат покривани главно чрез вода и други напитки с ниска енергийна стойност."

Допълнителна информация за стойността на идеалната питейна вода за живота под: https://t.me/truuinfochannel

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/

It's good.
to be truu.