Kinderen zouden hun vloeistofbehoefte het beste met water kunnen dekken

Kinderen zouden hun vloeistofbehoefte het beste met water kunnen dekken "Verfrissende dranken" maken niet alleen dik, ze zijn ook slecht voor tanden en botten! Dat Coca Cola ongezond is en onder andere obesitas bevordert is bekend ...

Kinderen zouden hun vloeistofbehoefte het beste met water kunnen dekken "Verfrissende dranken" maken niet alleen dik, ze zijn ook slecht voor tanden en botten!

Dat Coca Cola ongezond is en onder andere obesitas bevordert is bekend. Succesvolle advertentieuitgaven van het concern ter hoogte van 84,2 miljoen euro (bron Statistica.com) slaagden er desondanks in dat in het jaar 2020, 26,62 miljoen Duitse burgers Coca Cola consumeerden.

Het RKI waarschuwt in zijn Journal for Health Monitoring (2018/1) tegen het gebruik van zogenaamde "verfrissende dranken" door kinderen en jongeren in Duitsland met de volgende woorden: "Een hoog consumptie van suikerhoudende dranken wordt geassocieerd met de ontwikkeling van obesitas (zwaarlijvigheid), diabetes mellitus type II en andere chronische ziekten. Daarnaast is het verbruik van suikerhoudende dranken een belasting voor de tanden, omdat de suiker en de zuren die vaak aan verfrissende dranken worden toegevoegd, het tandglazuur aantasten en de vorming van gaatjes kunnen bevorderen. Daarenboven wijzen onderzoeken erop dat er een verband bestaat tussen de inname van suikerhoudende dranken en een afname van de botdichtheid, veroorzaakt door de zuren (bijv. fosforzuur) in cola-dranken, in de adolescentie. Volgens de aanbevelingen van de Duitse Samenleving voor Voeding (DGE) zou de vloeistofbehoefte om deze redenen voornamelijk via water en andere calorieën arme dranken moeten worden gedekt."

Meer informatie over de waarde van ideaal drinkwater voor het leven vindt u hier: https://t.me/truuinfochannel

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

It's good.
to be truu.