СТУДИЯ

МИНЕРАЛНИТЕ ВЕЩЕСТВА ЧОВЕКЪТ ПОЛУЧАВА ЧРЕЗ ТВЪРДА ХРАНА, НЕ ЧРЕЗ МИНЕРАЛНА ВОД! За да се изследва значението на питейната вода като източник на минерални вещества, проф. д-р Х. Хезекер проведе така наречено ...

МИНЕРАЛНИТЕ ВЕЩЕСТВА ЧОВЕКЪТ ПОЛУЧАВА ЧРЕЗ ТВЪРДА ХРАНА, НЕ ЧРЕЗ МИНЕРАЛНА ВОД!

За да се изследва значението на питейната вода като източник на минерални вещества, проф. д-р Х. Хезекер проведе в рамките на така наречено изследване на потреблението 216 германски питейни води и 234 минерални води, като анализира техните съдържания на калций, магнезий и натрий. Ето резултатите в подробност:

КАЛЦИЙ: Съдържанието на калций в минерална вода е средно 117,0 милиграма на литър. Биодостъпността на калция от питейна вода е средно 35 %. Това означава, че за да се покрие дневната потребност от калций от 1000 милиграма на ден, един човек трябва да пие поне 8,5 литра минерална вода - теоретично. Ако се вземе предвид и биодостъпността, необходимото количество за пиене е дори над 20 литра. За сравнение: два филийки ементалски сирене (=100g) вече покриват дневната потребност от калций на един възрастен.

МАГНЕЗИЙ: Подобни са съотношенията при магнезия. За да се покрие дневната потребност от магнезий от 400 милиграма чрез вода, един човек трябва да пие 10 до 19 литра минерална вода, тъй като минералната вода съдържа средно само 40 милиграма магнезий на литър.

"Съдържанието на минерали в минерална вода няма абсолютно никакво значение за необходимия минерален баланс на хората", така е заключението на изследването.

Минералната вода в бутилки все пак е любимото питие на германците, защото много имат представата, че минералите от минерална вода са особено "здравословни". За да създадат это грешно представяне в главите на потребителите, промишлеността за напитки плаща милиони за надписи на автобуси и трамваи, билбордове, реклама по радио, вестници, телевизия и много други. Интензивното маркетинг бомбардиране на отделите на индустрията показва ефект: потребителите плащат годишно около 21

милиарда евро за пакетирани напитки на индустрията!

Който пък иска да намери изследване като това на научния екип на проф. Хезекер от Падерборн, трябва вече откъдето да е чул за съществуването му и желателно да знае точното заглавие, иначе е много трудно да се намери. Фактът, че някой печата "ценното съдържание" на минерални вещества в своите бутилки вода върху автобуси, може най-добре да подобри стойността на аеродинамичното съпротивление на автобуса, но не и способността на човешкия организъм да усвоява минерали от минерална вода.

Научните открития и твърдения като това от изследването на проф. д-р Хезекер са от гледна точка на индустрията по-скоро вредни за бизнеса. Той и неговият екип казват ясно: "Безспорно най-важният източник на минерални вещества в човешката храна са твърдите хранителни продукти!"

It's good.
to be truu.