As crianças devem cobrir suas necessidades de líquidos preferencialmente

As crianças devem cobrir suas necessidades de líquidos preferencialmente com água "Bebidas refrescantes" não apenas engordam, também afetam os dentes e os ossos! O fato de que a Coca Cola é prejudicial à saúde e promove a obesidade, entre outras coisas, é ...

As crianças devem cobrir suas necessidades de líquidos preferencialmente com água "Bebidas refrescantes" não apenas engordam, também afetam os dentes e os ossos!

É sabido que a Coca Cola é prejudicial à saúde e promove a obesidade, entre outras coisas. Despesas publicitárias bem-sucedidas da empresa no valor de 84,2 milhões de euros (Fonte Statistica.com) conseguiram, mesmo assim, que em 2020, 26,62 milhões de cidadãos alemães consumissem Coca Cola.

O RKI adverte contra o consumo das chamadas "bebidas refrescantes" por crianças e adolescentes na Alemanha em seu Journal for Health Monitoring (2018/1) com as seguintes palavras: "Um alto consumo de bebidas açucaradas está associado ao desenvolvimento de obesidade (adiposidade), diabetes mellitus tipo II e outras doenças crônicas. Além disso, o consumo de bebidas açucaradas é prejudicial aos dentes, pois o açúcar e o ácido frequentemente adicionado às bebidas refrescantes atacam o esmalte dentário e podem promover a formação de cáries. Além disso, estudos indicam que existe uma relação entre a ingestão de bebidas açucaradas e uma redução da densidade óssea, causada pelos ácidos contidos (por exemplo, ácido fosfórico) em bebidas de cola, durante a adolescência. Seguindo a recomendação da Sociedade Alemã de Nutrição (DGE), por essas razões, as necessidades de líquidos devem ser cobertas principalmente através de água e outras bebidas com baixo teor energético."

Mais informações sobre o valor de uma água potável ideal para a vida em: https://t.me/truuinfochannel

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

It's good.
to be truu.