

Efectele care apar dupa ce ai baut un pahar cu apa

Un articol de [Calin Petru Barbulescu](#)

Apa este elementul esential al vietii. Cantitatea de apa din corpul uman variaza intre 50-75 %. In medie, corpul unui adult este reprezentat de 50-65% apa, cel mai des intalnit fiind procentajul intre 57-60%. Procentajul de apa din corpul unui bebelus este mult mai mare, in general fiind in jur de 75-78% apa, scazand la 65 % dupa primul an de viata. In 24 de ore organismul uman elimina 2-2,5l de apa, de aceea este foarte importanta consumarea apei in cursul unei zile.

Apa din organism are [CITESTE IN CONTINUARE](#)

Sursa: secretele.com