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