

nutrimento



Cartaz | As bebidas e a nossa saúde



Quando não existe um consumo adequado de água, diminui a concentração e a capacidade de memorizar. A capacidade física também é afetada pela falta de água no organismo. O mesmo ocorre com o funcionamento dos rins e intestino. Um consumo diário e adequado de água é essencial para o desempenho intelectual na escola ou no trabalho, para a saúde e bem-estar.

Este cartaz explica as funções da água no nosso organismo e alguns cuidados no consumo de bebidas onde a água está presente. O mesmo pode ser utilizado para afixar em escolas, centros de saúde e instituições públicas de interesse, podendo também ser utilizado em contexto de sala de aula como uma ferramenta para auxiliar os professores na abordagem do tema.

DESCARREGUE AQUI O CARTAZ “AS BEBIDAS E A NOSSA SAÚDE”:

Cartaz_As_bebidas_e_a_nossa_saude_impressão_(A3)

Link do artigo: <https://nutrimento.pt/cartazes/cartaz-as-bebidas-e-a-nossa-saude/>

Direção-Geral da Saúde

Alameda Afonso Henriques, 45
1049-005 Lisboa

Tel.: 218 430 500

Fax.: 218 430 530

Email: pnpas@dgs.pt