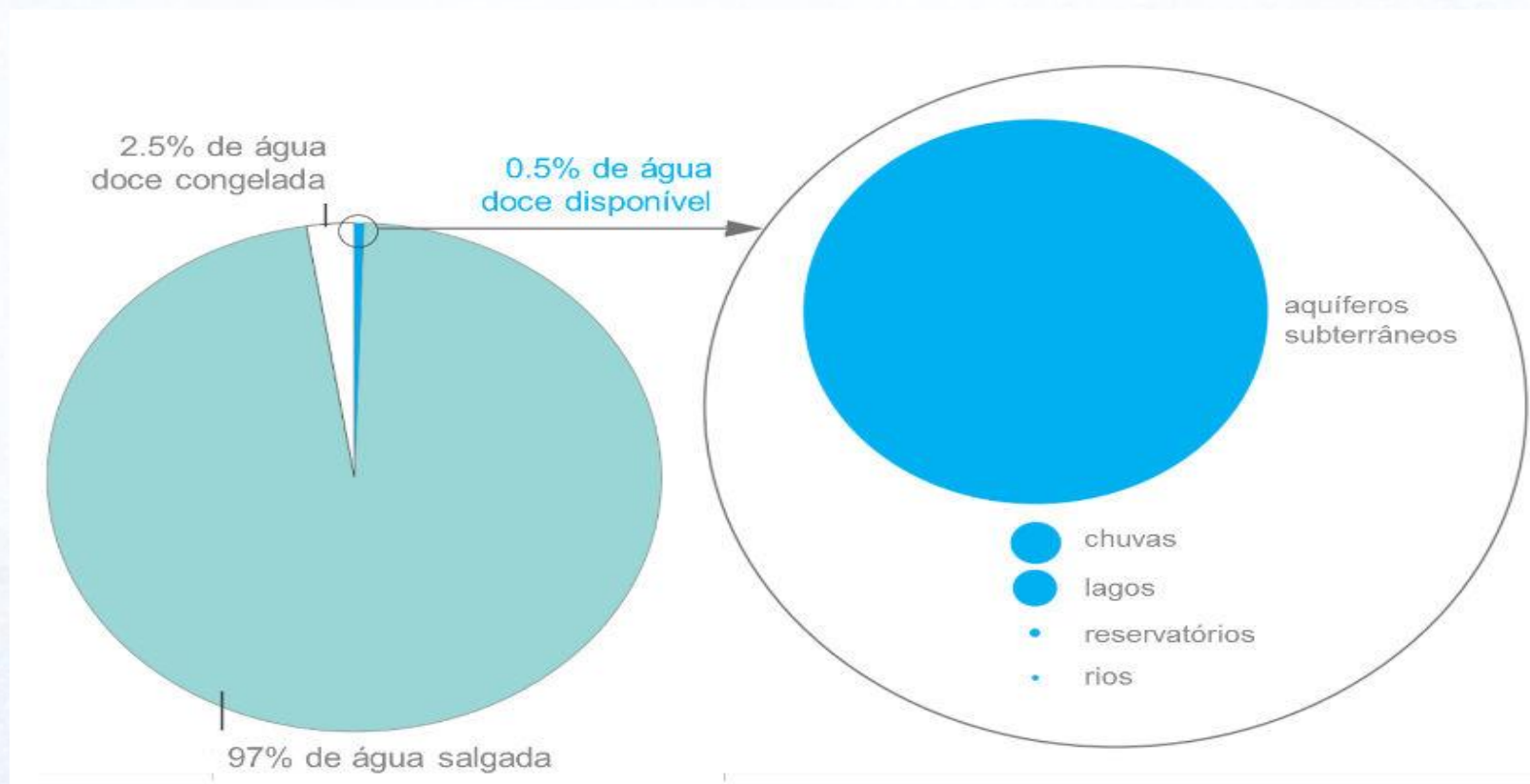


VAMOS FALAR
DE ÁGUAS?

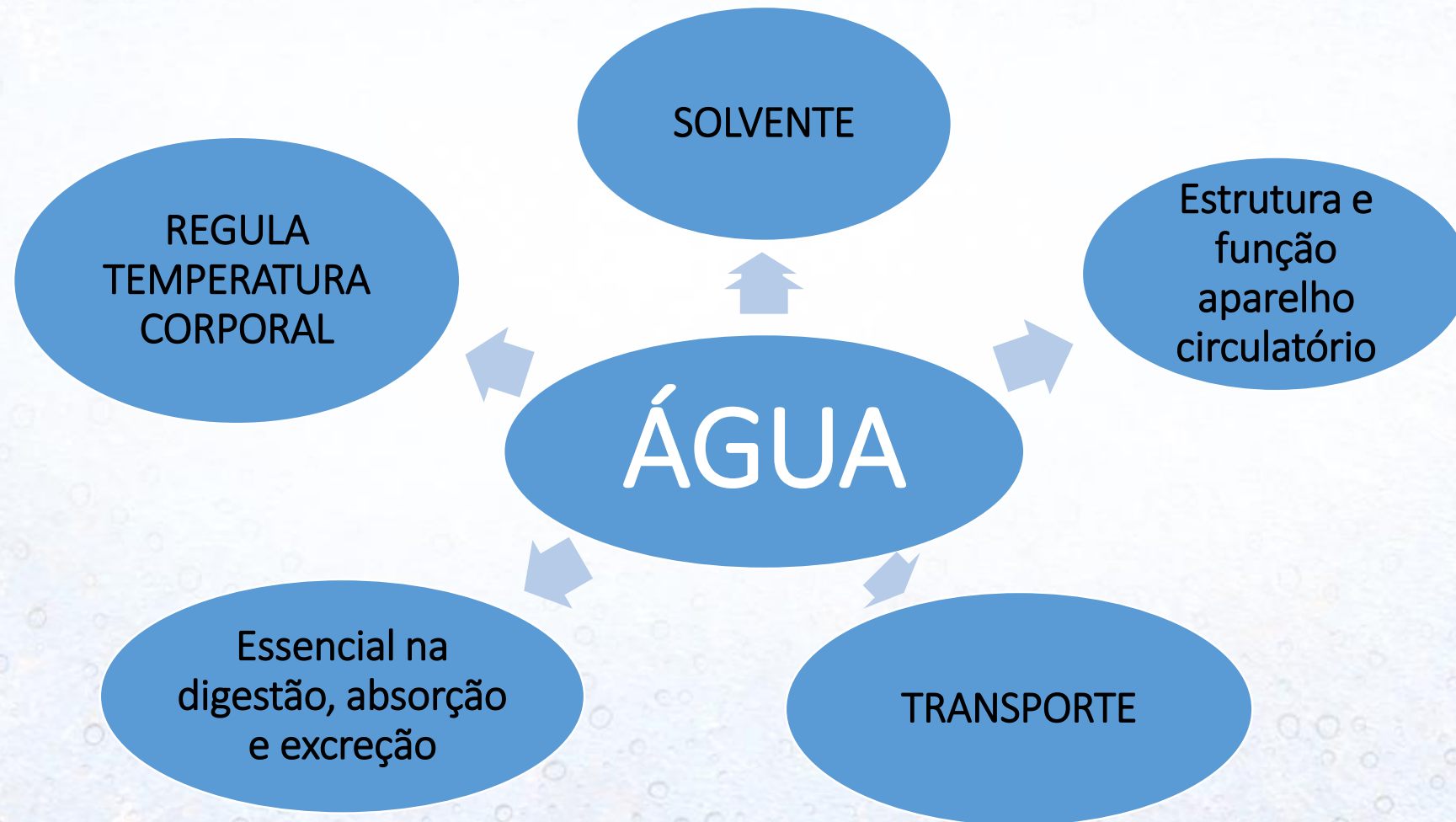




***“Qual a função
da água?”***



FUNÇÕES DA ÁGUA NO ORGANISMO



Exemplos de
percentagem
de água nos
nossos órgãos



Cérebro
75%



Fígado
68%



Pele
72%



Rins
83%



Coração
79%



Baço
76%



Pulmões
79%



Sangue
83%

VAMOS
DESIDRATANDO
LENTAMENTE
AO LONGO
DA VIDA.



80%



70%



60%



50%

Necessidades de Ingestão de água

Influenciada:

- Idade
- Sexo
- Nível de atividade física
- Condições climáticas
- Gravidez e aleitamento
- Patologias...



BALANÇO HÍDRICO

Entradas (Ingesta)		Saídas (Perdas)	
Bebidas	60 -70%	Urina	40-60%
Alimentos sólidos	20-30%	Fezes	6 – 8%
Produção metabólica	9 -11%	Respiração Suor Perdas insensíveis	32 – 54%

***“As águas não são
todas iguais”***



Aguas minerais naturais, de nascente e de abastecimento publico



FUNÇÃO DA ÁGUA HIDRATAÇÃO



TIPOS DE ÁGUA

	DESTINADA AO CONSUMO HUMANO (EX: ÁGUA DA REDE PÚBLICA)	NASCENTE	MINERAL NATURAL
ORIGEM SUBTERRÂNEA	✗	✓	✓
100% NATURAIS E PURAS	✗	✓	✓
PROIBIÇÃO DE TRATAMENTOS QUÍMICOS OU ADITIVOS	✗	✓	✓
EMBALAMENTO NO LOCAL DA CAPTAÇÃO	✗	✓	✓
COMPOSIÇÃO QUÍMICA ESTÁVEL E PERMANENTE	✗	✗	✓
PROTECÇÃO DOS AQUÍFEROS	✗	✓	✓
IDENTIFICAÇÃO DA COMPOSIÇÃO QUÍMICA	✗	✗	✓

FONTE: APIAM



RECICLA!

1852
LUSO

DA SERRA DO BUSSACO

Adequada para dietas com baixo teor de sódio.

Convém para a preparação dos
alimentos para lactentes.
Não precisa de ser fervida
após abertura.



CONVÉM PARA
A PREPARAÇÃO
DOS ALIMENTOS
PARA LACTENTES

A Organização Mundial de Saúde recomenda
o aleitamento materno exclusivo até aos
6 meses e continuamente até aos 2 anos.
A Água de Luso subscreve esta posição.

PT Água Mineral Natural - Consumir de preferência antes do fim de: ver
rótulo ou garrafa. Para sua segurança não reutilizar esta embalagem.

EN Natural Mineral Water - Best before end: see label or bottle.
For your safety do not reuse this bottle.

FR Eau Minérale Naturelle - À consommer de préférence avant la fin de:
voir étiquette ou bouteille. Pour votre sécurité, ne pas réutiliser cette
bouteille.

Relatório | Report | Rapport 01/H/2019, do LNEG / Portugal, de Jan. 2019:

pH $5,7 \pm 0,2$; SiO₂ $13,9 \pm 0,7$ mg/L; Mineralização Total | Dissolved mineral salts
| Minéralisation total 49 ± 3 mg/L; Resíduo seco | Dry residue | Résidu sec
(180°C) 43 ± 2 mg/L; Ca²⁺ $0,75 \pm 0,07$ mg/L; NO₃⁻ $1,6 \pm 0,2$ mg/L; Na⁺ $7,2 \pm 0,6$
mg/L; Mg²⁺ $1,7 \pm 0,11$ mg/L; Cl⁻ $9,1 \pm 0,4$ mg/L; HCO₃⁻ 12 ± 2 mg/L; SO₄²⁻ $1,5 \pm$
 $0,2$ mg/L; Dureza Total $9,0 \pm 0,5$ mg/L



1852

LUSO

AGUA MINERAL NATURAL

33cl

MUITO POUCA
MINERALIZADA



FSC
www.fsc.org

MISTO

Papel proveniente de
fontes responsáveis

FSC® C121022

engarrafada por | bottled by |
embouteillée par:

SOCIEDADE DA ÁGUA DE LUSO, S.A.
3050-902 LUSO - PORTUGAL

nome das captações | sources:

LUSO1 + LUSO2

apoio ao cliente:

800 239 239

servico.cliente@centralcervejas.pt

Proteger da luz solar. Conservar em

local fresco, seco e inodoro. Protect

from sunlight. Conserve in a dry, fresh

and odorless place. Protéger de la

lumière solaire. Conserver en lieu

frais, sec et inodore.

CLASSIFICAÇÃO DAS ÁGUAS

Hipossalinas ou muito pouco mineralizadas - quando o total de sais não ultrapassa **50 mg/L**

- Fracamente Mineralizadas ou pouco mineralizadas - quando apresentam valores de mineralização total entre **50 e 500 mg/L**

Mesossalinas - quando a mineralização total se situa entre **500 a 1500 mg/L**

- Hipersalinas ou muito mineralizadas - são as que exibem uma mineralização total **superior a 1500 mg/L**

Benefícios da ingestão de águas muito pouco mineralizadas

Regimes alimentares pobres em sódio, alterações do funcionamento renal, hipertensão, insuficiência cardíaca e outras patologias onde ocorra retenção de líquidos.

- Crianças, idosos, indivíduos com cálculos renais ou com risco aumentado de infeções urinárias como acontece na gravidez.

Lactentes e bebés :

Aparelho renal não está completamente desenvolvido, e o rim não tem a mesma capacidade excretora, pelo que é importantíssimo que não haja sobrecarga de minerais.

***Dúvidas
&
Questões?***

