

Tytuł: Woda i napoje w żywieniu dzieci. Zalecenia Polskiego Towarzystwa Żywienia Klinicznego Dzieci / Water and beverages in children nutrition. Recommendations of the Polish Society of Clinical Nutrition for Children

Słowa kluczowe: NAPOJE DZIECI WODA
Keywords: CHILDREN BEVERAGES WATER

Autorzy:

Janusz B. Ksiżyk - <p>Klinika Pediatrii Żywienia i Chorób Metabolicznych w Centrum Zdrowia Dziecka, Warszawa</p> <p> </p>

Agnieszka Szlagatys-Sidorkiewicz - <p>Klinika Pediatrii, Gastroenterologii, Alergologii i Żywienia Dzieci, Gdański Uniwersytet Medyczny</p>

Ewa Toporowska-Kowalska - Klinika Alergologii, Gastroenterologii i Żywienia Dzieci Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Hanna Romanowska - Klinika Pediatrii, Endokrynologii, Diabetologii, Chorób Metabolicznych i Kardiologii Wieków Rozwojowych, Pomorski Uniwersytet Medyczny, Szczecin

Jarosław Kierkuć - <p>Klinika Gastroenterologii, Hepatologii, Zaburzeń Odżywiania i Pediatrii, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa</p>

Magdalena Wąwider - Klinika Intensywnej Terapii i Anestezjologii z Oddziałem Ostrych Zatrążeń, Kliniczny Szpital Wojewódzki Nr 2, Rzeszów

Anna Borkowska - Klinika Pediatrii, Gastroenterologii, Alergologii i Żywienia Dzieci, Gdański Uniwersytet Medyczny

Streszczenie:

Woda jest niezbędna do życia. Najlepszym napojem dla dzieci i dorosłych jest bezpieczna pod względem mikrobiologicznym i chemicznym woda. Napoje słodzone cukrem nie powinny być stosowane u dzieci. Należy ograniczać napoje z dodatkiem sztucznych substancji słodzących, a w przypadku ich podawania – wybierać tylko te o jak najmniejszej ich zawartości i charakteryzujące się jak najmniejszą zawartością energii.

Abstract:

Water is essential to life. The best drink for children and adults is microbiologically and chemically safe water. Sugar-sweetened drinks should not be used by children. Drinks with the addition of artificial sweeteners should be limited, and when serving them, choose only those that contain the lowest possible content of sweeteners and have the lowest possible energy content.