



L'ACQUA È LA TUA LINFA VITALE

idratata la tua voglia di fare

Idratarsi ogni giorno aiuta a mantenere energia, lucidità mentale e benessere generale.

Bere regolarmente protegge ossa, cuore e digestione: un gesto semplice per vivere meglio.



Levico
THE HUMAN POSITIVE WATER



Buonarroti
Istituto Tecnico Tecnologico Trento

DIGESTIONE E REGOLARITÀ

Le acque bicarbonate e magnesiate:
favoriscono la digestione
contrastano pesantezza e acidità
aiutano la regolarità intestinale
Molto utili in caso di digestione lenta
o stipsi.



CUORE E PRESSIONE

Magnesio e potassio
sostengono:
funzione muscolare e
cardiaca
equilibrio della pressione
riduzione dell'affaticamento
Preferisci acque povere di
sodio



IL RESIDUO FISSO

la carta d'identità di un'acqua

Conoscere questo valore è fondamentale per scegliere l'acqua più adatta alla propria salute



Acqua Minimamente Mineralizzata (residuo fisso inferiore a 50 mg/l)

Stimola molto la diuresi ed è indicata per chi deve seguire diete poverissime di sodio

Acqua Oligominerale (residuo fisso tra 50 e 500 mg/l)

È l'acqua da tavola ideale. Aiuta i reni e previene la formazione di calcoli

Acqua Medio-minerale (residuo fisso tra 500 e 1500 mg/l)

Utile per integrare Calcio (per le ossa) e Magnesio (per il cuore e l'intestino)

OSSA FORTI

Scegli acque ricche di calcio:
supportano la densità ossea
aiutano nella
prevenzione dell'osteoporosi
apportano calcio senza grassi

Indicazione chiave:
calcio elevato (>300 mg/L)



PROFILO IDEALE DELL'ACQUA

**“Non c’è un’acqua giusta per tutti, ma
c’è un’acqua giusta per te”**

- Residuo fisso: 500–800 mg/L
- Calcio: >300 mg/L (ossa)
- Sodio: <10 mg/L (pressione)
- Bicarbonati: >600 mg/L (digestione)
- Magnesio: >50 mg/L (sistema nervoso)
- pH leggermente alcalino (~7,5)