

## TEXT 2: MINERÁLNÍ VODY

Hořčík je společně s vápníkem součástí kostí a zubů. Je aktivátorem řady enzymů zajišťujících metabolismus cukrů, snižuje nervosvalovou dráždivost, má tlumicí účinky, ovlivňuje metabolismus bílkovin, cholesterolu i propustnost buněčné stěny. Denní potřeba hořčíku je 300–400 mg. Nedostatek hořčíku hraje pravděpodobně roli ve vzniku a vývoji některých onemocnění, jako je Alzheimerova choroba, arytmie, skleróza, astma bronchiale, rakovinné bujení, cévní mozkové příhody, chronická únava, migréna, hypertenze, osteoporóza i náhlá úmrtí novorozenců. Dá se říci, že hořčík je skutečným „zlatem“ pro metabolismus i pro prevenci řady chorob.

**Tabulka 3: Informace o minerálních vodách získané z jednotlivých etiket balených vod**

obchodní název	celk.min	rozp.látky	vápník	hořčík	sodík	draslík	dusičnany	sírany	chloridy	fluoridy
Aqua Maria	215,7		23,3	11,4	20	2,7	1,8	43,7	30,1	0,1
Excelsior	209,5	239	23,6-26,3	11,6-14	19,2-19,6	2,7 -2,8	2-2,1	45,7-46	31,5-32	0,1
Hanácká kyselka	2984	1920	275	68	251	17,7	25	2	179	2,79
Il-Sano	729		57	48,3	23,4	3,9		32,5	6,4	0,4
Korunní	979,5	628	78,3-86,5	29,5- 30,9	98-111,1	23-25,5	2	57-60,5	10,7-12,8	0,84-1
Magnesia	1375	931	35,3-41,3	179-200	4,3-6,8	1,4	0,3	14-22	3,7	< 0,2
Mattoni	962	582	87,6- 88,6	24,8-24,9	71,9-79,8	18-19	0,65	45,4-48	10,3-11	1,4
Odysea (Mostini)	2995		185,2	107,1	412,4			0,19	144,2	0,63
Ondrášovka	946,3	651	192-199,4	19,4-19,8	29,2-30,9	1,4-1,6	0,08-0,35	11,8-14	6,6-7,8	0,97-1,2
Poděbradka	2052	1520	42,2-145,5	45,4-49,3	344-360	47-49,8	0,56	73-80,8	373-403	1,3-1,6
Praga	1964		201,7	88,5	196,6			623,2	28,3	1,76
Vratislavská kyselka	683		36,6	9,9	124,8	11		32,5	9,8	1,75
Dobrá voda		124-167,8	8,7-10,7	9,5-9,7	9,5-10	9,3-9,4	0,1	2,5-2,6	0,8-1,4	0,46-0,51

Zdroj: <http://www.szu.cz/tema/zivotni-prostredi/slozeni-balenych-vod>

### OTÁZKA 2: MINERÁLNÍ VODY

Podívejte se na tabulku 3 a rozhodněte, zda obsahuje z formálního hlediska všechny potřebné informace. Svoji odpověď zdůvodněte.

.....

.....

.....

### OTÁZKA 3: MINERÁLNÍ VODY

Která trojice minerálních vod uvedených v tabulce 3 je nejvhodnější pro člověka, který se má snažit přirozenou cestou (nikoli tabletkami) zvýšit příjem hořčíku?

Magnesia, Dobrá voda, Mattoni	ANO / NE
Magnesia, Odysea, Praga	ANO / NE
Magnesia, Poděbradka, Korunní	ANO / NE

## TEXT 3: MINERÁLNÍ VODY

V parku si maminky vyměňovaly zkušenosti s péčí o svá tříměsíční miminka. Došlo také na přípravu umělé výživy, neboť miminka už nebyla kojena. Maminky se shodly na tom, že nejčastěji připravují kojenecké mléko z kojenecké vody Horský pramen. První maminka kojeneckou vodu před přípravou mléka převařovala 20 minut, druhá 5 minut a třetí ji nepřeavařovala vůbec.

### OTÁZKA 4: MINERÁLNÍ VODY

Využijte svých dosavadních znalostí z mikrobiologie a zároveň z fyzikální chemie a uveďte, která maminka postupovala při přípravě mléka správně. Vysvětlete, proč postup ostatních maminek není správný.

.....

.....

.....