

ZALECENIA ŻYWIENIOWE W ZAPARCIACH.

Zaparcia to dość powszechny problem zdrowotny, który dotyka zarówno dorosłych, jak i dzieci. Globalnie – to problem aż 14 % populacji. Częściej chorują Europejczycy(16%) niż Azjaci (11%), co już sugeruje, co może być podłożem tego cierpienia.

W Polsce co 8 rodak doświadcza problemu zaparć.

O zaleceniach żywieniowych w przypadku tej dolegliwości możecie Państwo przeczytać w artykule poniżej.