10.01.2023

**Pierwotna biała truskawka o smaku ananasa na pomoc w walce z odwodnieniem. Zalecaną dla zdrowia ilość wody pije tylko 6 proc. Polaków**

**Truskawka ananasowa to najstarsza odmiana tego owocu. Dziś może pomóc również w walce z odwodnieniem, z którym zmaga się wielu Polaków – jedynie co piąty wie, jaka jest zalecana dzienna ilość wody, a tylko 6 proc. faktycznie ją wypija. Do prawidłowego nawadniania organizmu zachęca firma Waterdrop**®**, która właśnie włączyła do swojej stałej oferty Mikrodrink SKY o smaku truskawki ananasowej.**

**Polacy piją za mało wody**

Najnowsze [badania](http://www.wodadlazdrowia.pl/pl/1017/0/odwodnieni-polacy.html) dowodzą, że Polacy spożywają za mało płynów, **dotyczy to nawet 80 proc.** z nas. Po napoje sięgamy dopiero w momencie, kiedy czujemy pragnienie, co jest już oznaką odwodnienia organizmu. Jego skutkami są: bóle głowy, senność, obniżony nastrój, problemy z koncentracją oraz mniejsza wydolność fizyczna. Jedynie co piąty z nas wie, że dziennie powinno się wypijać 8 szklanek wody, a tę **zalecaną ilość faktycznie wypija zaledwie 6 proc**. Według ekspertów ważne jest, aby płyny spożywać regularnie, a odpowiednie nawodnienie organizmu poprawia funkcjonowanie mózgu i pamięć, wspomaga pracę nerek i układu pokarmowego.

**Mikrodrink Waterdrop**® **SKY o smaku truskawki ananasowej, marakui oraz opuncji**

Biała truskawka pojawiła się w Europie w XIX wieku z Ameryki Południowej. Do Polski trafiła z upraw w Holandii. Jej angielska nazwa – *pineberry* – pochodzi od zbitki angielskich słów *pineapple* (ananas) oraz *strawberry* (truskawka). Owoc zwykle osiąga małe rozmiary – do 2,5 cm średnicy. **Biała truskawka zawiera witaminy A, C i E**, wartościowe dla zdrowia, szczególnie podczas zimy. Charakteryzuje się oryginalnym smakiem przypominającym ananasa.

Smak pierwotnej ananasowej truskawki dołączył do ofertyWaterdrop®, producenta rozpuszczalnych kapsułek smakowych, zaprojektowanych, aby zachęcić do nawadniania organizmu osoby, które nie przepadają za smakiem zwykłej wody. Niskokaloryczna, rozpuszczalna w wodzie kapsułka zawiera składniki odżywcze, magnez, wapń, ekstrakty z roślin i owoców oraz witaminy C, B1 i B3.

**Waterdrop**® to marka, która powstała w 2016 roku w Austrii, obecnie działa w 11 krajach europejskich oraz USA. Przyświecają jej dwie idee – picia większej ilości wody oraz wyeliminowania plastiku w formie jednorazowych butelek. W ofercie Waterdrop® znajdują się smakowe, rozpuszczalne w wodzie kapsułki wzbogacone o witaminy i ekstrakty roślinne oraz akcesoria, takie jak butelki, termosy i dzbanki filtrujące wodę. Marka dostarcza innowacyjne rozwiązania wspierające dobre samopoczucie konsumentów poprzez oferowanie produktów premium i doświadczeń związanych z kwintesencją życia — wodą.

<https://waterdrop.pl/>

<https://www.facebook.com/waterdroppolska/>