

Каждый человек знает, что всевозможные чипсы, сухарики и другие подобные лакомства очень вредны для здоровья. В идеале, чипсы — это просто жареный картофель, порезанный тонкими кружочками. В чем же здесь вред? Да, не очень полезно, но не смертельно. На самом деле, большинство производителей, в погоне за прибылью, стали производить свой продукт из картофельной муки, а не из цельных овощей.

В чипсах, а также сухариках, чрезвычайно много соли. А соль имеет свойство задерживать в организме воду. Кроме того, чрезмерное количество употребляемой соли повышает риск возникновения заболеваний сердечно-сосудистой системы, почек, ЖКТ.

Чем вредны чипсы и кому? На этот вопрос есть однозначный ответ: абсолютно всем. Какой ингредиент ни возьми - он не будет нести в себе никакой пользы, но будет очень вреден. Все ингредиенты опасны по отдельности, но соединенные все вместе, они превращаются в настоящий яд.

Все ученые и врачи в один голос утверждают, что всевозможные Лейс, Кириешки, Принглс и т. д. не несут в себе никакой пользы. Абсолютно пустые продукты. Так, называемый пищевой мусор, который необходимо убрать из рациона. Но чем вредны чипсы? Насколько сильный урон может принести любовь к подобным продуктам? Вот только примерный список заболеваний, которые могут быть спровоцированы подобной едой: инсульты и инфаркты; онкологические заболевания; заболевания сердечно-сосудистой системы; заболевания почек, печени и других внутренних органов; всевозможные гормональные сбои; расстройства нервной системы; аллергические реакции; отеки; интоксикация организма; нарушение обмена веществ; лишний вес; перепады настроения, депрессии и другие психологические проблемы; привыкание к различным пищевым добавкам; избыток холестерина в организме. Конечно, это далеко не все проблемы, которые вы можете призвать на свой организм.

Конечно, употребление подобных продуктов даже здоровому человеку крайне нежелательно. Но вот людям, имеющим хронические заболевания или борющимся с

лишним весом, категорически нельзя их есть.

А людям, ведущим здоровый образ жизни и следящим за своим питанием, подобное блюдо не подойдет ни к одному меню.