

- Wadliwe żywienie jest przyczyną ponad **80 różnych chorób**.
- **12 milionów ludzi w Polsce** cierpi na schorzenia spowodowane **nieprawidłową dietą**.

Główne **CHOROBY** dietozależne to:

- Otyłość • CUKRZYCA typu II
- Choroby układu krążenia / UDAR, ZAWAŁ, TĘTNIAK, miażdżycy /
- Nadciśnienie tętnicze • Próchnica
- Osteoporoza • NOWOTWORY

**OTYŁOŚĆ jest CHOROBA.**

OTYŁOŚĆ jest EPIDEMIA, której medycyna nie potrafi powstrzymać. W ciągu ostatnich 10 lat częstość występowania otyłości na świecie **wzrosła o 50%** z ok. **200 mln.** do **ponad 300 mln.** osób.

Za: PROFILAKTYKA CHORÓB DIETOZALEŻNYCH  
dr inż. Mirosław Pysz, Krakowska Wyższa  
Szkoła Promocji Zdrowia, 2015

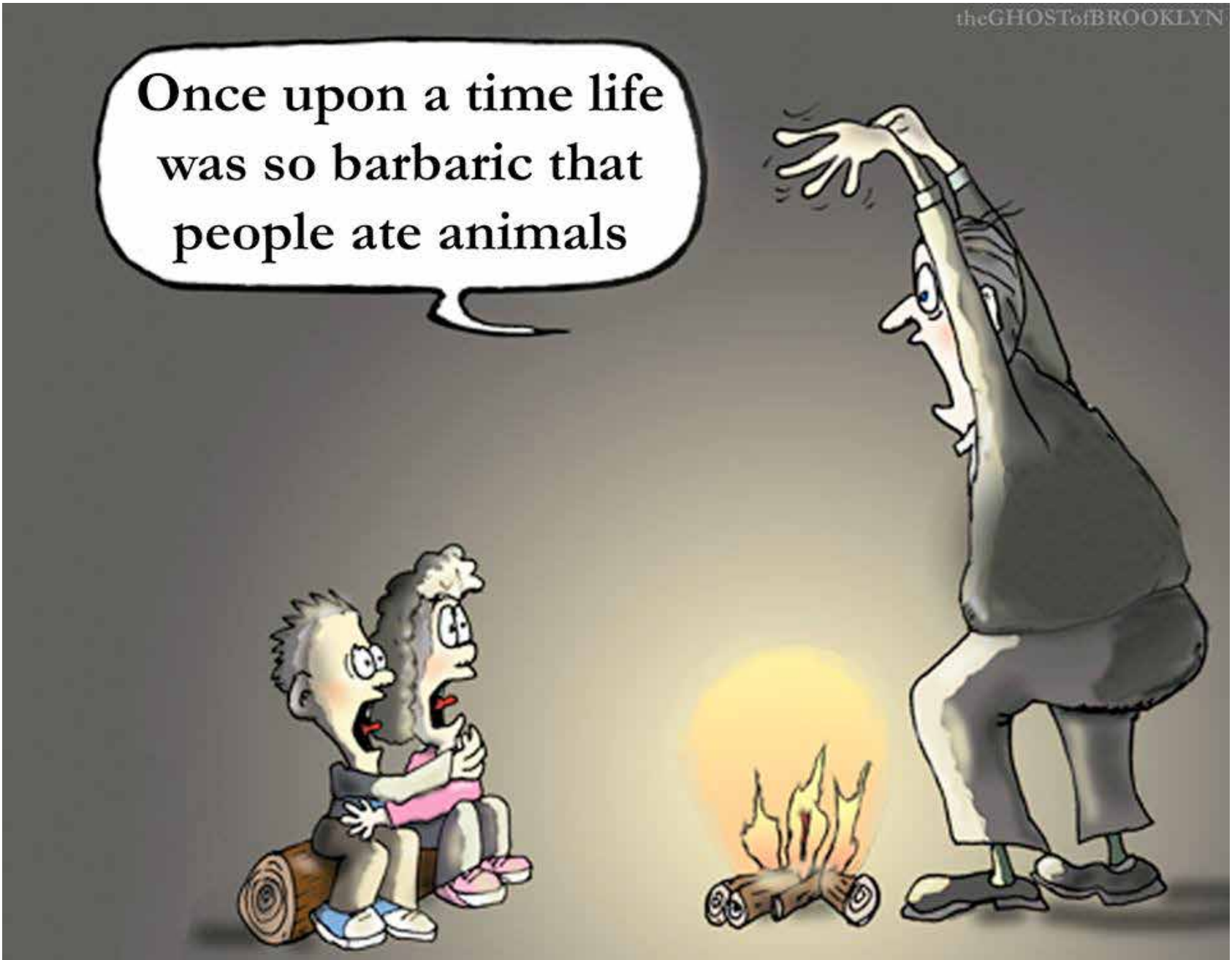
Dlaczego jem **WARZYWA i OWOCE?**

- Bo cenię **ZDROWIE**, lekkość i energię.
- Bo nie chcę zjadać przyczyn raka, udaru, nadciśnienia, osteoporozy ani cukrzycy.
- Bo lubię **ŻYĆ ETYCZNIE**, dbając o ludzi, zwierzęta, planetę.

Choroby układu krążenia i **NOWOTWORY** odpowiadają za **ponad 70%** wszystkich zgonów Polaków.

Dane Głównego Urzędu Statystycznego za rok 2016, za: tvn24.pl

Według *American Institute of Cancer Research* **korekta odżywiania** (oraz codzienna porcja ruchu) **zmniejsza ryzyko zachorowania na nowotwór** nawet o **60-70 proc.**



fb: The Ghost of Brooklyn 26 września 2014 · One hundred years from now