

Salutari, rinfrescanti e ricchi di sali minerali: è così che le pubblicità descrivono gli sport drinks, bibite come il Gatorade o il Powerade, la bevanda sportiva ufficiale delle Olimpiadi di Londra. Non sempre però ci si dovrebbe fidare delle pubblicità. Infatti, un'indagine del British Medical Journal (Bmj), svolta in collaborazione con Bbc Panorama, svela oggi l'"incredibile mancanza di prove" a sostegno della presunta capacità di molte di queste bevande di migliorare le performance sportive, sottolineando come questo renda impossibile una scelta informata da parte dei consumatori. (...)

L'articolo:

<http://www.galileonet.it/articles/500e81d4a5717a1a5c000016>

Informazione di base:

[http://en.wikipedia.org/wiki/Sports\\_drink](http://en.wikipedia.org/wiki/Sports_drink)

\* \* \*

Banana o energy drink? La migliore bevanda per reidratarsi durante un attività fisica?

<http://papillevagabonde.blogspot.it/2012/06/banana-o-energy-drink-la-migliore.html>