

E-Book „Lückentexte Deutsch als Fremdsprache“

Jetzt neu! Mehr Infos: [hier klicken](#)

Richtige und falsche Ernährung

In den industrialisierten Ländern werden jedes Jahr Milliarden Euro für die Heilung von sogenannten Zivilisationskrankheiten ausgegeben, die zum großen Teil auf eine vollkommen falsche Ernährung breiter Bevölkerungsschichten zurückgeführt werden können.

Schon m____ relativ einfa____ Umstellungen d____ Speiseplans kön____ sich je____ Einzelne wesentl____ gesünder ernä_____.

Zunächst ein____ essen d____ meisten Mens____ viel z____ viel. Dab____ haben Forsch____ ergeben, da____ sich m____ einer vernün____ Absenkung d____ täglichen Kalorienkon____ die Lebenserwa____ nachgewiesenermaßen erhö____ lässt.

Sch____ im Kindesal____ werden vi____ zu vi____ Süßigkeiten gege____ und dam____ ungesunde Essgewo____ entwickelt. S____ ist e____ kein Wun____, dass au____ ein Großt____ der erwac____ Bevölkerung i____ den let____ Jahren im____ mehr Zuc____ verzehrt.

Du____ eine Sen____ des Zuckerkon____ ließe si____ die Gef____ von Zuckerkra____, Karies u____ Herzerkrankungen deut____ mindern.

...

[Der vollständige Text ist im E-Book „Lückentexte Deutsch als Fremdsprache“ enthalten.]