

(σελ. 39)

1. Ποιες από τις παρακάτω προτάσεις είναι σωστές και ποιες λανθασμένες; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

α. (Λ): Οι ξινίλες οφείλονται στο υδροχλωρικό οξύ του στομάχου. Καταναλώνοντας λεμονάδα, η οποία είναι, επίσης, όξινη, δεν θα μπορέσουμε να ανακουφιστούμε. Αντιθέτως, χρειάζεται να πάρουμε αντιόξινα, τα οποία περιέχουν βάσεις και μπορούν να εξουδετερώσουν το επιπλέον υδροχλωρικό οξύ του στομάχου.

β. (Σ): Οι υδατάνθρακες των γλυκών μετατρέπονται σε οξέα, εξαιτίας των βακτηρίων του στόματος. Επομένως, το pH των υγρών του στόματος ελαττώνεται.

γ.(Λ): Τα βασικά σαμπουάν δεν είναι κατάλληλα για το δέρμα (pH = 5 - 5,6), αφού το ξεραίνουν.

δ. (Λ): Το μαγειρικό αλάτι (NaCl) είναι καλό να χρησιμοποιείται στο φαγητό, καθώς αποτελεί βασική πηγή ιόντων Na^+ , απαραίτητα για τη διατήρηση της ισορροπίας του νερού στο σώμα και της έκκρισης γαστρικού υγρού κατά την πέψη. Ωστόσο, η υπερκατανάλωση μπορεί να οδηγήσει σε κατακράτηση υγρών ή και υπέρταση.

2. Να συμπληρώσετε τα κενά στο κείμενο που ακολουθεί με την κατάλληλη λέξη ή τύπο.

υδροχλωρικό / HCl / ενοχλήσεις / αντιόξινα / βάσεις