**Význam minerálnych látok pre ľudský organizmus**

**Minerálne látky** – sú potrebné pre zdravý vývoj organizmu, aj ich malý nedostatok má veľké následky.

**Niektoré z nich treba prijímať vo väčšom množstve**

* vápnik,
* fosfor,
* horčík.

**Mnohé však stačí prijať denne len v miligramoch**

* železo,
* meď,
* jód,
* mangán,
* fluór,
* zinok .

**Okrem týchto látok musí telo denne prijímať prvky, ktoré sú dôležité na udržanie správnej reakcie vnútorného prostredia, rovnováhy medzi kyselinami a zásadami**

* sodík,
* draslík,
* chlór.

Dú. Napíšte si poznámky a fotokópiu mi prosím zašlite na emailovú adresu jozefínasaparova@gmail.com…..Napíšte mi pár viet o vami vybranej minerálnej látke ( aký ma význam pre ľudský organizmus ) ĎAKUJEM