

**Univerzitet u Beogradu**  
**Tehnički fakultet u Boru**

**SEMINARSKI RAD**

iz osnovi tehnologije i poznavanje robe

**TEMA:**

**VODE I PRERAĐIVANJE VODE**

Prof. dr Nada Štrbac

Student: Ćorić Nevena 57/05

## **VODA U PRIRODI**

Voda je prva i najvažnija čovekova potreba. Bez hrane čovek može izdržati prosečno do 26 dana (ako pri tom troši vodu), a bez vode samo par dana (najviše 7). Voda sačinjava oko 70% naše telesne težine, a gubimo je jako brzo i jako često (mokrenjem, izmetom, znojenjem, disanjem...). Ukoliko se ovaj gubitak ne nadoknađuje dolazi do dehidracije, isušivanja kože, naglog gubljenja telesne težine i u krajnjem stadijumu, smrti.

Da bismo što racionalnije trošili vodu moramo znati da su čovekove potrebe za njom različite u zavisnosti od godišnjih doba (temperature) i fizičke aktivnosti. Što su spoljašnje temperature veće i što je fizička aktivnost veća to su i potrebe za vodom veće. Lako zaključujemo da ako sedimo u hladovini, ako mirujemo i ne izlažemo se fizičkim aktivnostima onda su i potrebe za vodom mnogo manje. Ukoliko su u uslovima nedostatka vode neke fizičke aktivnosti neophodne onda ih treba prebaciti u noćne sate - danju odmaramo a noću radimo.

Evo opštih napomena kako se treba ponašati u uslovima kada nemamo dovoljno vode na raspolaganju:

- vodu piti u periodičnim razmacima, u manjim količinama i polako, zadržavajući je što duže u ustima;
- smanjiti izlučivanje vode iz organizma: izbegavati sunce i fizičku aktivnost (kretati se i raditi samo noću);
- izbegavati hranu bogatu belančevinama (meso i sl.) i jače začinjenu (ljuto, slano) a uzimati hranu bogatu ugljenim hidratima i sočne namirnice (voće...);
- izbegavati pušenje, disanje na usta i razgovor, a izazivati lučenje pljuvačke žvakanjem nekog predmeta (dugme, šljunak, žvakaća guma...)

**---- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU [WWW.MATURSKI.NET](http://WWW.MATURSKI.NET) ----**

**BESPLATNI GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI TEKST**

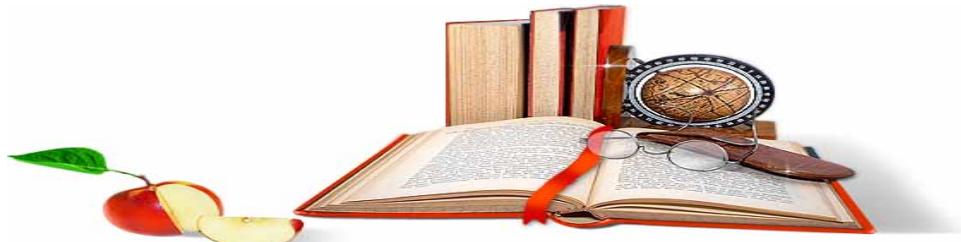
RAZMENA LINKOVA - RAZMENA RADOVA

RADOVI IZ SVIH OBLASTI, POWERPOINT PREZENTACIJE I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJALI.

**WWW.SEMINARKIRAD.ORG**

**WWW.MAGISTARSKI.COM**

**WWW.MATURSKIRADOVI.NET**



NA NAŠIM SAJTOVIMA MOŽETE PRONAĆI SVE, BILO DA JE TO [SEMINARSKI, DIPLOMSKI](#) ILI [MATURSKI](#) RAD, POWERPOINT PREZENTACIJA I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJAL. ZA RAZLIKU

OD OSTALIH MI VAM PRUŽAMO DA POGLEDATE SVAKI RAD, NJEGOV SADRŽAJ I PRVE TRI STRANE TAKO DA MOŽETE TAČNO DA ODABERETE ONO ŠTO VAM U POTPUNOSTI ODGOVARA. U BAZI SE NALAZE [GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI RADOVI](#) KOJE MOŽETE SKINUTI I UZ NJIHOVU POMOĆ NAPRAVITI JEDINSTVEN I UNIKATAN RAD. AKO U [BAZI](#) NE NAĐETE RAD KOJI VAM JE POTREBAN, U SVAKOM MOMENTU MOŽETE NARUČITI DA VAM SE IZRADI NOVI, UNIKATAN SEMINARSKI ILI NEKI DRUGI RAD RAD NA LINKU [IZRADA RADOVA](#).

PITANJA I ODGOVORE MOŽETE DOBITI NA NAŠEM [FORUMU](#) ILI NA

**[maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**

- 
-