

# Aquaholic. Quando bere acqua diventa una dipendenza

Data: Invalid Date | Autore: Tiziana Marzano

---



**Londra, 20 luglio 2011** -Bere dell'acqua, soprattutto nel periodo estivo, è una necessità per la nostra salute, ma abusarne può determinare dei danni creando addirittura una malattia. Il suo nome è "Aquaholic", ed altro non è che l'esigenza di bere a litri. [MORE]Il caso più eclatante viene da Londra, dove una ragazza di 25 anni, come racconta il Daily Mail, dopo essersi dissetata con 16 litri d'acqua è stata ricoverata all'ospedale per "iponatremia", ossia intossicazione da acqua. Nell'intervista Joanne ha rivelato d'ingerirne 6 litri al giorno: «Io non bevo acqua perché mi fa bene, bensì perché mi piace. E pensavo che fosse l'ultimo modo al mondo per nuocere alla mia salute. Lo faccio da quando sono piccola e ho perso il conto di quante volte i miei genitori mi hanno portato dal medico perché pensavano fossi diabetica: la sete è uno dei sintomi principali di questa malattia. Ma niente, sono sana ». Ricordo che la quantità d'acqua giornaliera, indispensabile al benessere del nostro organismo è invece di un litro e mezzo al giorno, così come raccomanda anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità.

**Tiziana Marzano**