

Supplementary Table S1. Individual daily values of urine volume and sodium excretion in the placebo group before and after the intervention.

Placebo, before		M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	W1	W2	W3	W4	W5	W6	W7	W8	W9	W10
Urine volume (mL)	d1	1800	2100	1000	ND	1400	1820	1000	3700	2480	3000	4660	2400	2400	2600	2800	580	2270	1100	1600
	d2	2100	1500	700	2700	2000	1850	1600	2150	1620	3650	4400	1500	1720	1500	2600	2480	2000	1720	2800
	d3	2700	1550	2780	3450	1530	1800	900	3200	2050	5400	2500	2250	1500	1680	2100	1800	1500	2770	2520
	d 1-3	2200	1717	1493	3075	1643	1823	1167	3017	2050	4017	3853	2050	1873	1927	2500	1620	1923	1863	2307
Urine sodium (mmol/L)	d1	133	83	181	ND	83	142	80	71	71	36	44	47	55	28	52	81	121	96	118
	d2	130	96	164	34	116	107	113	88	104	64	32	51	44	ND	44	88	122	66	76
	d3	73	115	72	48	68	42	67	71	92	31	29	45	34	47	55	46	92	73	59
	d 1-3	112	98	139	41	89	97	87	77	89	44	35	48	44	38	50	72	112	78	84
UNaV (g/d)	d1	5,5	4,0	4,2	ND	2,7	5,9	1,8	6,0	4,0	2,5	4,7	2,6	3,0	1,7	3,3	1,1	6,3	2,4	4,3
	d2	6,3	3,3	2,6	2,1	5,3	4,6	4,2	4,3	3,9	5,4	3,2	1,8	1,7	ND	2,6	5,0	5,6	2,6	4,9
	d3	4,5	4,1	4,6	3,8	2,4	1,7	1,4	5,2	4,3	3,8	1,7	2,3	1,2	1,8	2,7	1,9	3,2	4,6	3,4
	d 1-3	5,4	3,8	3,8	3,0	3,5	4,1	2,5	5,2	4,1	3,9	3,2	2,2	2,0	1,7	2,9	2,7	5,0	3,2	4,2
Placebo, after		M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	W1	W2	W3	W4	W5	W6	W7	W8	W9	W10
Urine volume (mL)	d1	1350	1960	1630	2150	1100	2400	1520	2700	2900	4500	4500	1980	2100	2000	3100	2550	900	1280	3350
	d2	1630	1400	2250	3200	1350	1340	1980	2100	1850	2650	4300	2200	1280	2280	3400	2420	1400	650	1400
	d3	2210	1000	2700	2550	1980	1600	2250	1600	1200	3900	2600	2700	1900	2580	2800	2600	1400	860	800
	d 1-3	1730	1453	2193	2633	1477	1780	1917	2133	1983	3683	3800	2293	1760	2287	3100	2523	1233	930	1850
Urine sodium (mmol/L)	d1	119	106	49	94	115	141	87	68	87	61	23	78	54	25	25	67	130	49	150
	d2	199	66	114	122	66	159	107	115	137	42	34	67	163	67	103	55	135	97	103
	d3	149	79	136	100	76	107	96	86	167	32	20	51	104	71	85	65	117	71	111
	d 1-3	156	84	100	111	86	136	97	90	130	45	26	65	107	48	54	62	127	72	121
UNaV (g/d)	d1	3,7	4,8	1,8	4,7	2,9	7,8	3,0	4,2	5,8	6,3	2,4	3,6	2,6	1,1	1,8	3,9	2,7	1,4	11,6
	d2	7,5	2,1	5,9	9,0	2,0	4,9	4,9	5,6	5,8	2,6	3,4	3,4	4,8	3,5	8,1	3,1	4,3	1,4	3,3
	d3	7,6	1,8	8,4	5,9	3,5	3,9	5,0	3,2	4,6	2,9	1,2	3,2	4,5	4,2	5,5	3,9	3,8	1,4	2,0
	d 1-3	6,2	2,9	5,4	7,4	2,8	5,5	4,3	4,3	5,4	3,9	2,3	3,4	4,0	3,0	5,1	3,6	3,6	1,4	5,6

D, day; M, man; ND, not determined; W, woman

Supplementary Table S2. Individual daily values of urine volume and sodium excretion in the salt group before and after the intervention.

Salt, before		M10	M11	M12	M13	M14	M15	M16	M17	M18	M19	W11	W12	W13	W14	W15	W16	W17	W18	W19
Urine volume (mL)	d1	300	2100	1200	1400	3200	2620	1500	2020	1280	900	700	2500	740	2000	1650	2100	1200	1050	2900
	d2	200	820	2250	1800	3200	3050	2400	1320	1100	800	1850	3500	1430	2200	2000	2600	1580	1300	2930
	d3	980	1200	1980	2300	4000	2180	850	2100	1000	800	1200	1800	1410	2800	2100	2000	1200	700	1800
	d 1-3	493	1373	1810	1833	3467	2617	1583	1813	1127	833	1250	2600	1193	2333	1917	2233	1327	1017	2543
Urine sodium (mmol/L)	d1	80	46	196	83	57	42	149	90	117	159	80	52	122	37	77	62	43	114	34
	d2	83	117	116	87	43	38	99	170	157	143	63	57	131	39	71	80	50	131	28
	d3	50	124	94	76	65	73	119	140	200	152	77	67	75	56	67	64	64	210	39
	d 1-3	71	96	135	82	55	51	122	133	158	151	73	59	109	44	72	69	52	152	34
UNaV (g/d)	d1	0,6	2,2	5,4	2,7	4,2	2,5	5,1	4,2	3,4	3,3	1,3	3,0	2,1	1,7	2,9	3,0	1,2	2,8	2,3
	d2	0,4	2,2	6,0	3,6	3,2	2,7	5,5	5,2	4,0	2,6	2,7	4,6	4,3	2,0	3,3	4,8	1,8	3,9	1,9
	d3	1,1	3,4	4,3	4,0	6,0	3,7	2,3	6,8	4,6	2,8	2,1	2,8	2,4	3,6	3,2	2,9	1,8	3,4	1,6
	d 1-3	0,7	2,6	5,2	3,4	4,4	3,0	4,3	5,4	4,0	2,9	2,0	3,4	2,9	2,4	3,1	3,6	1,6	3,3	1,9
Salt, after		M10	M11	M12	M13	M14	M15	M16	M17	M18	M19	W11	W12	W13	W14	W15	W16	W17	W18	W19
Urine volume (mL)	d1	1100	1340	2200	1900	3800	3080	1620	1200	1500	710	1880	2700	1800	ND	2880	1410	2150	1280	2050
	d2	1720	1000	1700	2100	3700	3060	1700	1460	1700	1350	1250	3700	2500	3200	2500	2500	2100	1240	4100
	d3	900	1480	1000	3000	2600	2080	1900	1980	1400	1010	2200	2100	2400	3600	2680	1690	1400	1120	1000
	d 1-3	1240	1273	1633	2333	3367	2740	1740	1547	1533	1023	1777	2833	2233	3400	2687	1867	1883	1213	2383
Urine sodium (mmol/L)	d1	164	268	144	142	76	83	231	105	240	99	127	102	131	ND	94	108	114	232	71
	d2	127	276	139	94	48	62	185	189	242	175	100	86	138	86	98	130	98	207	79
	d3	174	208	111	109	73	89	173	122	238	252	147	100	132	50	96	106	108	197	106
	d 1-3	155	251	131	115	66	78	196	139	240	175	125	96	134	68	96	115	107	212	85
UNaV (g/d)	d1	4,1	8,3	7,3	6,2	6,6	5,9	8,6	2,9	8,3	1,6	5,5	6,3	5,4	ND	6,2	3,5	5,6	6,8	3,3
	d2	5,0	6,3	5,4	4,5	4,1	4,4	7,2	6,3	9,5	5,4	2,9	7,3	7,9	6,3	5,6	7,5	4,7	5,9	7,4
	d3	3,6	7,1	2,6	7,5	4,4	4,3	7,6	5,6	7,7	5,9	7,4	4,8	7,3	4,1	5,9	4,1	3,5	5,1	2,4
	d 1-3	4,3	7,2	5,1	6,1	5,0	4,8	7,8	4,9	8,5	4,3	5,3	6,2	6,9	5,2	5,9	5,0	4,6	5,9	4,4

D, day; M, man; W, woman