

Attività fisica prescritta su misura, alimentazione corretta , e attenzione all` orario della spesa : mai varca

La malattia del cibo e della pigrizia Il diabete è una malattia subdola a causa di sintomi leg

La menopausa - “La menopausa – continua Genovese – è una età di gra

Non lasciarsi andare al cibo e alla pigrizia di per iniziare l`attività fisica - spiega Genovese - anche se

La dieta è fondamentale “Limitare i cibi contenenti zuccheri semplici o con indice

Imparare a fare la spesa Non andare mai al supermercato prima di pranzo, quando il picco insulinico è a

Prendi tre, paghi due -Offerte prendi tre e paghi due, sconti del 10 o del 20% sul totale della spesa: tar

da

[Salute24Ore](#)

26 marzo 2009