

Come conscientemente

Escrito por Carlos Barbon

Domingo, 16 de Junio de 2013 19:30 -



Come conscientemente

Debes tener en cuenta cuáles son los alimentos que puedes comer y que te permiten hacerlo de forma equilibrada y sana. Sólo de este modo puedes detectar, con el tiempo, aquellos elementos que engordan sin que nos demos cuenta.