

Brûlez des calories seulement par l'eau potable

Écrit par Carlos Barbon

Dimanche, 09 Juin 2013 19:08 -



Brûlez des calories seulement par l'eau potable

Les scientifiques ont découvert que l'eau froide a des «calories négatives». Chaque litre d'eau à boire froid va vous aider à brûler 100 calories supplémentaires. C'est parce que, après avoir bu de l'eau froide, le corps doit accélérer le métabolisme pour élever la température du corps pour atteindre le niveau normal. Si vous faites le calcul étant donné que vous buvez de litres par an, le résultat sera similaire à les calories stockées dans 5 kilos de graisse.

?