

Régimes radicaux sont toujours vouées à l'échec!

Écrit par Carlos Barbon

Dimanche, 09 Juin 2013 18:57 - Mis à jour Dimanche, 09 Juin 2013 19:19



Ne souffrez pas dans les régimes radicaux inutiles vaines

Régimes radicaux sont toujours vouées à l'échec!

Des recherches récentes ont découvert pourquoi les régimes qui stimulent l'appétit. Chaque fois que notre estomac est vide, le système digestif, par la ghréline, hormone, donne le signal «J'ai faim. Nourris-moi. "C'est parce que, après un régime hypocalorique, après avoir subi trop faim, notre corps produit des quantités élevées de cette hormone, il nous rend difficile de tenir un de ces régimes. Lorsque vous arrêtez le régime, le niveau de cette hormone reste élevé et mangent plus que le journal, de sorte que ces régimes ne sont pas, en tout cas, recommandé.

niveau de cette hormone reste élevé et mangent plus que lors du démarrage de l'alimentation. Par conséquent, ces régimes ne sont pas recommandés en tout cas.

?