



Colesterol. Ideas para controlarlo y prevenirlo.

By Guadalupe Blay

Oceano Ambar. Book Condition: New. Rústica. La palabra "colesterol" asusta, y más cuando aparece un asterisco junto a ella en los resultados de un análisis de sangre. Y es que cuando es demasiado alto constituye la primera señal de que algo no va bien en el sistema cardiovascular. Sin embargo, es una sustancia vital que elabora el propio organismo y sólo resulta peligrosa a partir de ciertos niveles. La clave, por tanto, está en controlarlo, lo que se consigue sobre todo a través de una alimentación adecuada y de la práctica de ejercicio físico. Además, otros factores pueden ayudar a mantenerlo dentro de unos límites considerados como saludables. Libro.



READ ONLINE
[4.08 MB]

DOWNLOAD



Reviews

An incredibly amazing ebook with perfect and lucid answers. It is written in basic terms and never difficult to understand. Its been written in an exceptionally basic way and it is only right after i finished reading this ebook in which in fact modified me, affect the way i really believe.

-- **Beverly Hoppe**

Extremely helpful for all class of individuals. Better then never, though i am quite late in start reading this one. I realized this publication from my i and dad suggested this ebook to discover.

-- **Adela Schroeder II**