

¿Qué pasa si me salto el desayuno?

Written by Business News

Las personas que inician el día con un desayuno balanceado controlan mejor sus niveles de glucosa en sangre, además proveen a su cuerpo de energía y nutrientes, ya que de lo contrario se favorece una desnutrición que provoca un déficit de fuerza, problemas de obesidad e incluso cardíacos, comentó Marisol Olarra, coordinadora de nutrición de la Federación Mexicana de Diabetes, durante el taller “Cocinar y vivir con diabetes” organizado por la empresa danesa Novo Nordisk.

Read more <http://www.alphagalileo.org/ViewItem.aspx?ItemId=148694&CultureCode=es>