



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](#)

[4.13 MB]

DOWNLOAD



Reviews

Completely essential go through ebook. it absolutely was writtern quite properly and useful. Your way of life span will likely be enhance the instant you total looking at this publication.

-- **Norma Dooley**

A must buy book if you need to adding benefit. This is for anyone who statte that there had not been a well worth reading through. Its been designed in an exceptionally straightforward way which is simply right after i finished reading this book where basically changed me, change the way i think.

-- **Adrien Robel**