



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](#)

[3.79 MB]

DOWNLOAD



Reviews

This pdf can be worthy of a read, and much better than other. I am quite late in start reading this one, but better then never. Its been printed in an remarkably easy way which is merely following i finished reading this book by which basically changed me, alter the way i think.

-- **Nedra Kiehn**

An extremely wonderful book with perfect and lucid information. This can be for all those who statte there had not been a really worth reading through. Its been written in an exceptionally easy way and it is only after i finished reading this ebook in which actually modified me, alter the way i really believe.

-- **Kaelyn Reichel**