

Faites votre glucose révolution

La formule scientifique efficace pour perdre du poids et retrouver votre énergie



Résumé

Agir sur notre courbe glycémique est le geste le plus efficace que nous puissions faire pour notre santé.

Grâce à des conseils nutritionnels faciles et scientifiquement prouvés qui vous permettent de gérer votre glycémie tout en mangeant tout ce que vous aimez, améliorez tous les domaines de votre santé : poids, sommeil, fringales, humeur, énergie, peau, hormones, maladies chroniques, et même les signes de l'âge !

Une révolution pour votre santé qui va vous changer la vie !

Le texte de ce livre est composé en typographie Luciole de taille 16, à l'exception des légendes, réduites à une taille 14 en raison de contraintes techniques liées à l'encombrement des schémas et graphiques.