

Cu cat aveti mai multe scaune pe zi, cu atat veti slabi mai mult. Uitati de laxative!

Un articol de Ileana Mladinoiu

Multi dintre noi am constatat ca am dat jos ceva kilograme dupa ce am mers la grupul sanitar in mod regulat, dupa fiecare masa. De aici a aparut ideea ca putem slabi, daca avem mai multe scaune pe zi.

Sa aflam ce se intampla de fapt in organism....

Constipatia favorizeaza cresterea in greutate?

Unele persoane au remarcat ca s-au ingrasat cand au avut probleme cu mersul des la toaleta. Se poate intampla acest lucru dupa constipatii, ce-i drept pasagere, dar cu efecte rapide, provocate CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Efectele consumului a doua banane pe zi

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Bananele sunt super-alimente tropicale bogate in substante nutritive, inclusiv zaharoza, fructoza, glucoza si fibre. Din acest motiv, ele actioneaza precum un puternic energizant natural. Potrivit unui studiu, doua banane iti furnizeaza suficienta energie cat sa parcurgi fara probleme o sedinta de 90 de minute de antrenament fizic intens.

In plus, bananele detin proprietati vindecatoare ce pot ajuta la combaterea sau prevenirea anumitor boli si afectiuni.

Iata despre ce afectiuni CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Un Amestec Uimitor ce Vindeca Aproape Toate Bolile – Te Scapa de Cancerul de Colon fiind un Foarte Bun Remediu Impotriva Constipatiei

Un articol de Cristian Iacov

Este bine cunoscut faptul ca varza este una dintre legumele minune ce poate fi folosita atat ca aliment dar mai ales ca un medicament alternativ. Cu multe secole in urma, varza a fost utilizata destul de des in medicina populara, pentru tratamentul foarte multor boli.

Simplul suc de varza este extrem de eficient in tratamentul bolilor digestive, insa in momentul in care este combinat cu ghimbirul, mierea si scortisoara, cele patru ingrediente vor crea un amestec uimitor, capabil sa trateze CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com