

5/2 LA NUOVA DIETA IN ARRIVO DALL'OLTREMANICA

Scritto da [Yahoo! Lifestyle](#) | [Consigli Benessere - Yahoo! Lifestyle](#) – mer 5 set 2012 16:42 CEST



Mail



Consiglia

<89



Tweet

<4



+1

<0



Stampa



Cinque giorni di normalità e peccati di gola e due giorni di purificazione a 600 calorie. Questa in estrema sintesi la nuova dieta che impazza Oltremantica dopo la messa in onda di un documentario di BBC2. Protagonista il medico e giornalista di salute e benessere Michael Mosley, che in un mese a questo ritmo ha perso una decina di chili, ha ridotto la sua massa grassa del 25% e ha migliorato i suoi livelli di zucchero e colesterolo nel sangue.