

PER UN CORPO SCATTANTE E LEGGERO, OLTRE ALLA CURA QUOTIDIANA A CASA, DERMACTIVE TI INVITA A SEGUIRE 4 SEMPLICI CONSIGLI DI SEGUITO RIPORTATI:

1. SEGUIRE UN'ALIMENTAZIONE SANA E EQUILIBRATA, RICCA DI FRUTTA E VERDURA
2. BERE ALMENO 2 LITRI DI ACQUA AL GIORNO
3. PRATICARE SPORT (NUOTO, BICICLETTA, JOGGING, CAMMINATA VELOCE), PER ALMENO 3 VOLTE A SETTIMANA PER MEZZ'ORA.
4. PREDILIGERE LE SCALE ALL'ASCENSORE O ALLE SCALE MOBILI

I PRESENTI CONSIGLI SONO INDICATI PER TUTTE LE PERSONE NON AFFETTE DA PARTICOLARI PATOLOGIE. IN CASO DI DUBBIO, CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO.