



A karcsúság trendjének egyre többen akarnak megfelelni, és sajnos gyakran olyan "diétákat" próbálnak bevetni, melyek nem, hogy nem eredményesek hosszabb távon, hanem súlyos egészségkárosító hatásuk is van. Íme csokorba szedve a legveszélyesebb módszerek.

A kor elvárásai alapján ki ne szeretne tökéletes alakot? Sok fogyókúra módszernél azonban valójában nem igazi diétáról van szó, hiszen a táplálkozásban, az életvezetésben nem történik gyökeres változás, egyszerűen csak kemikáliák mellékhatásait kihasználva érik el az átmeneti látszateredményt.

[Bővebben>>>](#)