

- Medio: Alimento El Confidencial
- Fecha: 6-02-2021
- Título: Por qué bajar de peso quizá no solucione tus problemas articulares
- Autor: Juan Montagu
- Cita: COFENAT
- Experto: Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT
- Foto:

Bienestar ■



DESMONTANDO MITOS

Por qué bajar de peso quizá no solucione tus problemas articulares

Habitualmente pensamos que ponernos a dieta es lo más importante para prevenir los problemas en las rodillas, caderas y tobillos, pero no tiene por qué ser así



Foto: iStock

- Link:
https://www.alimento.elconfidencial.com/bienestar/2021-02-06/bajar-de-peso-y-problemas-articulares_2934580/