



Balancing Nutrition
Tu cuerpo en Equilibrio

Síntomas de resistencia a insulina

- Despertarse para hacer pis
- Hambre entre comidas
- Siesta después de comer
- No sentirse satisfecha
- Antojo de dulce
- Cansancio
- Grasa abdominal
- Hipertensión arterial
- Ovarios poliquísticos
- Manchas marrones nuca, axilas detrás del cuello, ingle
- Cistes
- Inflamación, dolor
- Dejar de respirar por la noche
- Cerebro nublado
- No poder descansar, problemas para dormir
- Hinchazón
- Hígado graso
- Colesterol alto
- Baja masa muscular
- Mal humor
- Niveles altos de insulina