

Questions - Réponses

Que dois-je faire dans le cas d'un écart ? une barre aux protéines ?

Evitez l'écart ! et si vous craquez, prenez une barre protéinée, c'est préférable.

Tout écart entraînerait un retard de perte de poids et rallongerait d'autant le mécanisme d'amincissement.

La phase de perte de poids vous semblerait longue et vous risqueriez de voir s'estomper votre volonté.

Si toutefois cela arrive, n'attendez pas et reprenez immédiatement, c'est-à-dire au repas suivant, le programme alimentaire en cours.

[[Imprimer](#)] [[Fermer](#)]

Pour toutes informations complémentaires, [contactez-nous](#) .

Suptiva ® 2005 Tous droits réservés.