



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ÇOK YEMENİN ZARARLARI

Vucudun ihtiyacından fazlasını yemenin en büyük zararı süphesiz vücudun yağlanmasıdır. Yağlanma sadece deri altında olmaz, iç organlar, böbrekler, kalp de yağlanır. Yağlanan bir kalp ise kesinlikle iyi çalışmaz ve tehlike unsuru olur. Şişman kimseler, biraz fazla yedikleri zaman hemen kalplerinin sıkıştığını fark ederler.

© lezzetler.com tarif no:7280 • adı:Çok Yemenin Zararları • gönderen:dertli • indirme tarihi:05.04.2025 - 20:09