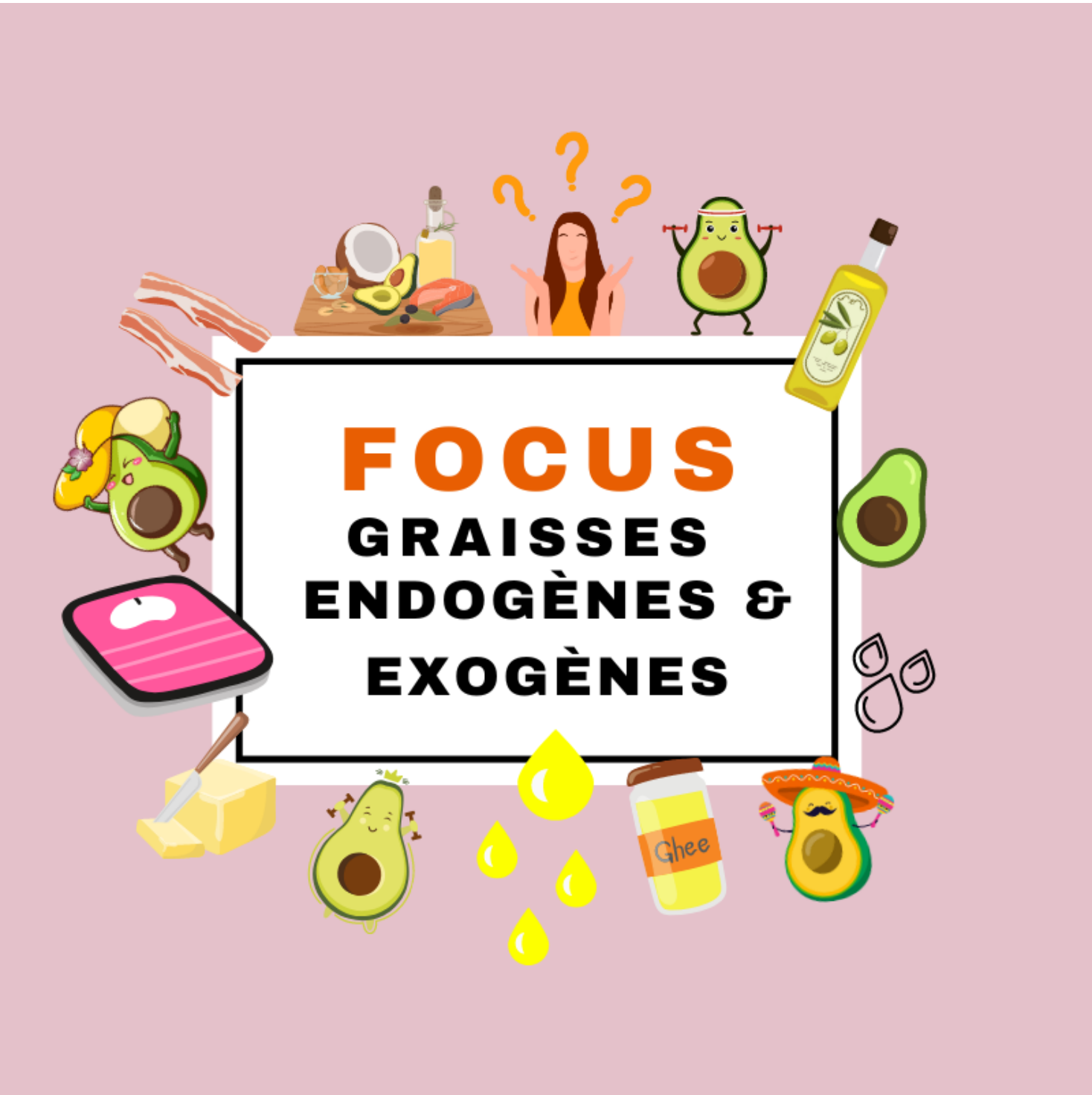
FOCUS GRAISSES ENDOGÈNES & EXOGÈNES

Découvrez un sujet très important pour comprendre le régime cétogène : **"Graisses endogènes & exogènes".**

Ce focus examine comment ces types de graisses interagissent avec notre corps. En comprenant mieux leurs rôles respectifs, vous serez en mesure d'optimiser votre régime keto pour **une meilleure santé** et **une perte de poids plus efficace.**


FOCUS
GRAISSES ENDOGÈNES & EXOGÈNES
Ghee