

حذف وعده های غذایی به کاهش عمر می انجامد

نتایج یک مطالعه جدید نشان می دهد افرادی که وعده های غذایی خود را حذف می کنند، یا وعده های غذایی خود را خیلی نزدیک به هم می خورند، به طور کلی با خطر بیشتر مرگ زودرس روبرو هستند.