

ولكن هل يعمل؟ لقد تعمقنا في ماهية نظام كيتو الغذائي ، خلفية النظام الغذائي الكيتون ، وغالبا ما يعرف باسم النظام الغذائي كيتو ، اعتدت أن أكون سيدة طويلة في طفولتي. بالنسبة لغالبية حياتي، لقد فقدت كتلة العضلات ، ولم يعد شكلي المادي يعكس شخصيتي.