

Как вы уже поняли, если по разным причинам организм не будет восполнять вовремя энергию, то он забастует и откажется работать так, как вам хочется. Поэтому гораздо рациональнее предупреждать подобные ситуации и заранее накапливать необходимые ресурсы.

