

Influencia de Alimentos en la Insulina y el Glucagón

TIPO DE ALIMENTO	INSULINA	GLUCAGÓN
Carbohidrato	+++++	Ningún cambio
Proteína	++	++
Grasa	Ningún cambio	Ningún cambio
Carbohidrato y grasa	++++	Ningún cambio
Proteína y grasa	++	++
Alto en proteína y bajo en carbohidratos	++	+
Alto en carbohidratos y bajo en proteína	+++++++	