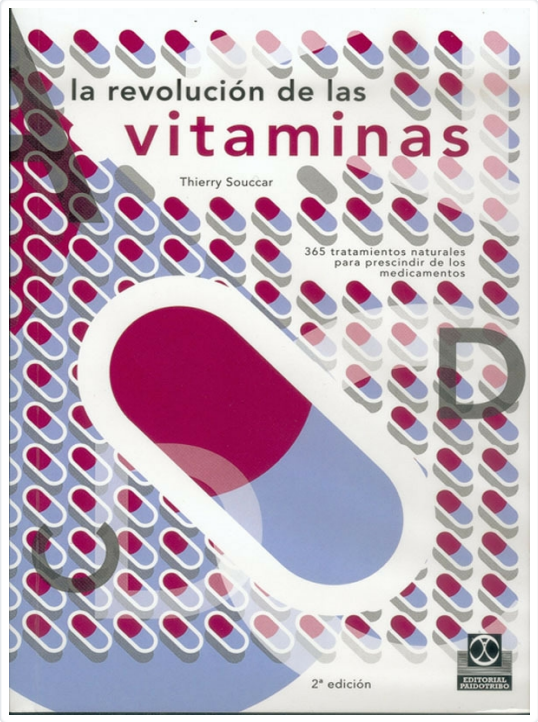
Paidotribo
www.paidotribo.com

Souccar, Thierry

Revolución de las vitaminas, La

Existe una alternativa natural y no tóxica a numerosos tratamientos convencionales y no la conoces.
Thierry Souccar, especialista en nutrición ha analizado los resultados de varios miles de estudios controlados.
¿Su conclusión? En muchos casos, simples reglas de nutrición y el uso de complementos vitamínicos que son tan eficaces (y menos peligrosos) como los medicamentos o la cirugía para recuperar la salud.
Tanto si se trata de una simple angina o de problemas más serios como arteriosclerosis o depresión, debes saber que las vitaminas, los minerales, los aminoácidos o los ácidos grasos pueden mejorar tu condición física. Con este libro descubrirás cómo:
-controlar una hipertensión aumentando el consumo de ciertos minerales
-combatir naturalmente el colesterol alto, gracias a una vitamina del grupo B
-reducir de manera considerable los síntomas y la duración de un resfriado asociando dos vitaminas y un mineral
-ciertos aminoácidos pueden mejorar tu sueño o tu equilibrio mental
-varios cambios en tu alimentación pueden restablecer la fertilidad y mejorar la calidad de tu vida sexual.
Aprenderás buenos hábitos alimenticios para períodos especiales como son el embarazo o la menopausia. Descubrirás...



Editorial	Paidotribo
Colección	Salud
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	326
Tamaño	150x215x mm.
Peso	440
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788480193191
PVP	26,50 €
PVP sen IVE	25,48 €

9788480193191