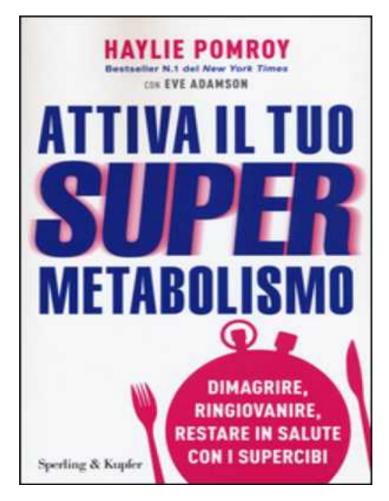
Attiva il tuo supermetabolismo PDF

Haylie Pomroy



Questo è solo un estratto dal libro di Attiva il tuo supermetabolismo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Haylie Pomroy ISBN-10: 9788820060398 Lingua: Italiano

Dimensione del file: 4883 KB

DESCRIZIONE

Volete sentirvi sempre in gran forma, ottenere il peso ideale, rendere il vostro corpo a prova di malattia? Allora mangiate per curarvi! Haylie Pomroy, nota nutrizionista e autrice del bestseller La dieta del supermetabolismo, ha la ricetta giusta per ognuno di voi. Quando numerose malattie e le conseguenze di un incidente minacciavano la sua sopravvivenza, iniziò un viaggio di ricerca sul metabolismo e gli effetti del cibo che ha cambiato la sua vita. In questo libro rivela per la prima volta la sua storia personale, e illustra i potenti programmi alimentari da lei creati e ispirati ai metodi che le hanno salvato la vita e la fanno stare bene. Queste stesse terapie hanno curato e curano migliaia di suoi pazienti. Il nostro corpo ci parla, ci comunica le sue necessità. Dobbiamo solo imparare ad ascoltarlo. Qualche volta sussurra: quando ci sentiamo stanchi, soffriamo di problemi digestivi, oppure il nostro fisico si modifica in un modo che non riconosciamo né accettiamo. Altre volte il corpo ci parla e cambia la nostra biochimica per attirare l'attenzione, innalzando il livello del colesterolo, rendendoci irritabili, ansiosi, "annebbiati". E poi, talvolta, il corpo urla la sua richiesta di aiuto: diventiamo prediabetici o diabetici, il nostro sistema immunitario si confonde e ci attacca. Tutti questi segnali nascondono un problema specifico, per il quale la risposta efficace non viene dai farmaci, ma dal cibo.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Il Metabolismo di un organismo vivente è una macchina perfetta, un laboratorio biochimico molto complesso che, per funzionare al massimo, necessita di un gran numero ...

Attiva il tuo Supermetabolismo: Dimagrire, ringiovanire, restare in salute con i supercibi eBook: Haylie Pomroy: Amazon.it: Kindle Store

Risparmia comprando online a prezzo scontato Attiva il tuo super metabolismo scritto da Haylie Pomroy, Eve Adamson e pubblicato da Sperling & Kupfer. Libreria Cortina ...

ATTIVA IL TUO SUPERMETABOLISMO

Leggi di più ...