

Nutri il tuo cuore PDF

Davide Terranova



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



Autore: Davide Terranova
ISBN-10: 9788848135139
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1025 KB

DESCRIZIONE

In questo libro, scritto da un cardiologo nutrizionista, si parla di alimentazione e cuore, sulla base delle sole evidenze scientifiche attuali. Viene meticolosamente valutato ogni singolo nutriente di quotidiano consumo, in riferimento alla salute dell'apparato cardiovascolare, al fine di dimostrare il suo ruolo nelle principali malattie del cuore e dei vasi: infarto cardiaco, ictus cerebrale, ipertensione o aritmie. Viene dimostrato come alla base di tutte queste malattie ve ne sia una: l'aterosclerosi, ossia l'infiammazione cronica delle arterie presente nella maggior parte di noi già fin da piccoli. Sappiamo oggi che questa malattia ha un'incredibile correlazione con la "medicina" che assumiamo ogni giorno: il cibo. "Medicina" perché il cibo cura, ma può anche nuocere. Conoscere il suo meccanismo di azione fornisce un criterio in più di scelta e di consapevolezza al fine di prevenire efficacemente le malattie cardiovascolari. In fondo al volume sono sintetizzati e dettagliati gli esami del sangue necessari per verificare il reale stato di salute del cuore e delle arterie.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Nutri il tuo cuore è un libro scritto da Davide Terranova pubblicato da Tecniche Nuove nella collana Natura e salute

Nutri il tuo cuore è un libro di Davide Terranova pubblicato da Tecniche Nuove nella collana Natura e salute: acquista su IBS a 14.36€!

Presentazione del libro "Nutri il tuo cuore", a seguire approfondimenti sul menu' della Cena Cardiochef

NUTRI IL TUO CUORE

[Leggi di più ...](#)