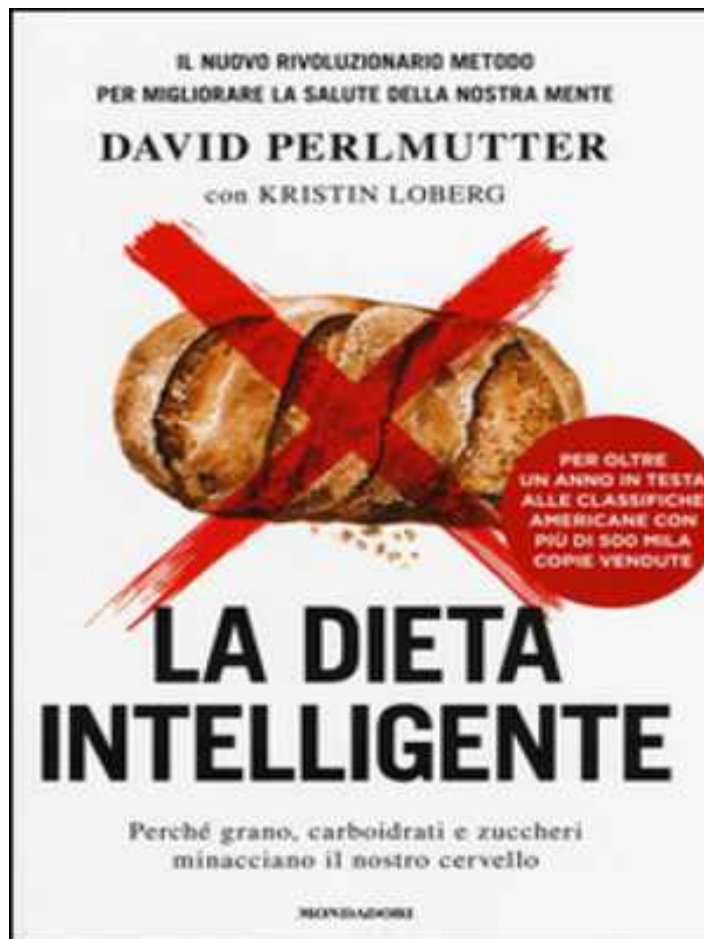


Tags: La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello libro pdf download, La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello scaricare gratis, La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello epub italiano, La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello torrent, La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello leggere online gratis PDF

La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello PDF

David Perlmutter



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: David Perlmutter
ISBN-10: 9788804648031
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2836 KB

DESCRIZIONE

Nessuno degli innumerevoli libri dedicati all'alimentazione e alla salute dell'organismo ha mai messo in luce la terribile verità che David Perlmutter, con "La dieta intelligente", denuncia con determinazione: i carboidrati possono distruggere il cervello. E anche i cosiddetti carboidrati sani, come i cereali integrali, possono causare demenza, disturbo da deficit di attenzione e iperattività, epilessia, ansia, mal di testa cronici, depressione, calo della libido e molti altri mali. Innovativo e tempestivo, questo libro mostra come il destino dell'attività cerebrale non sia segnato dai geni, bensì dal cibo che si consuma. Inoltre punta i riflettori sul vero colpevole di tutte le malattie degenerative, ovvero l'infiammazione, che può essere scatenata dai carboidrati, soprattutto da quelli che contengono glutine o un elevato livello di zucchero. Il dottor Perlmutter ci spiega cosa succede quando il cervello incontra ingredienti comuni come il pane e la frutta, andando a danneggiare in modo significativo la memoria, e per questo propone una dieta ad alto contenuto di "grassi buoni", ideale per stimolare la crescita di nuove cellule cerebrali a qualsiasi età. Questo rivoluzionario programma di quattro settimane ci mostrerà come mantenere il cervello sano, attivo e lucido, ottenendo al tempo stesso una netta riduzione del rischio di malattie neurologiche e alleviando alcuni disturbi comuni senza il bisogno di assumere farmaci...

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

La La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello è un libro di Perlmutter David Loberg Kristin , pubblicato ...

Scopri La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello di David Perlmutter, Kristin Loberg, F. M. Gimelli: spedizione ...

Scaricare La dieta intelligente. Perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello Libri PDF Gratis. La dieta intelligente. Perché grano ...

LA DIETA INTELLIGENTE. PERCHÉ GRANO, CARBOIDRATI E ZUCCHERI MINACCIAANO IL NOSTRO CERVELLO

[Leggi di più ...](#)