

Tags: Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale libro pdf download, Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale scaricare gratis, Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale epub italiano, Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale torrent, Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale leggere online gratis PDF

Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale PDF

Luca Speciani



Questo è solo un estratto dal libro di Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Luca Speciani
ISBN-10: 9788848132060
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2587 KB

DESCRIZIONE

La differenza tra una dieta valida e una che non lo è non sta nella quantità di cibo consumata, ma nella qualità dello stesso. Un gran numero di nutrizionisti ritiene ancora ingenuamente che "una caloria sia sempre una caloria", sottintendendo con ciò che se si mangia una caloria in più, questa inevitabilmente genererà ingrassamento. Purtroppo le cose non stanno così. Dieta Gift (dieta di segnale) basa i suoi effetti sulla regolazione ipotalamica verso l'accumulo o il consumo grazie allo stimolo naturale di molecole segnale. L'azione di queste molecole (leptina, resistina, visfatina, adiponectina), che rispondono in modo preciso a modifiche nello stile di vita, rende del tutto superato, perché scientificamente obsoleto, il calcolo delle calorie come sistema di dimagrimento.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale è un libro di Luca Speciani pubblicato da Tecniche Nuove nella collana Natura e salute: acquista su IBS a 14 ...

... il dottor Luca Speciani presenterà la sua «Guida pratica alla dietagift e all'alimentazione di segnale» ...
Dieta Gift (dieta di segnale) ...

Guida pratica alla dieta GIFT e alimentazione di segnale è un libro scritto da Luca Speciani pubblicato da Tecniche Nuove nella collana Natura e salute

GUIDA PRATICA ALLA DIETA GIFT E ALIMENTAZIONE DI SEGNALE

[Leggi di più ...](#)