

La dieta ormonale PDF

Thierry Hertoghe



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta ormonale. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Thierry Hertoghe
ISBN-10: 9788868361495
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3932 KB

DESCRIZIONE

Gli ormoni sono la chiave del funzionamento del nostro corpo. Invecchiamento, desiderio sessuale, fertilità, metabolismo e forma fisica dipendono dal loro livello. Thierry Hertoghe ha studiato un'alimentazione naturale in grado di regolarne la produzione. Non solo: anche patologie come bulimia e anoressia sono la conseguenza di uno squilibrio ormonale e con questa dieta è possibile sconfiggerle. Il cibo infatti influenza la secrezione ormonale ed è quindi un ingrediente fondamentale del nostro benessere. Oltre a semplici indicazioni e a diverse ricette, il libro propone un metodo di lettura dei segnali che sul nostro viso denunciano problemi ormonali.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Libro di Hertoghe Thierry, Enrico Margherita, La dieta ormonale, dell'editore Sperling & Kupfer, collana Wellness. Percorso di lettura del libro: : Gli ormoni sono la ...

Curare la propria Dieta in Menopausa aiuta a limitare i disturbi che accompagnano questa condizione. Vediamo cosa mangiare.

La dieta ormonale di Thierry Hertoghe è una dieta basata sul miraggio del controllo ormonale con l'alimentazione.

LA DIETA ORMONALE

[Leggi di più ...](#)