

## La dieta ormonale PDF

**Margherita Enrico**



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



Autore: Margherita Enrico  
ISBN-10: 9788820044978  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3036 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?**

La dieta Ormonale è sviluppata e incentrata sull'utilizzo degli ormoni del corpo umano, non stressa il nostro corpo anzi ci aiuta a conoscerlo meglio.....

Esempio Dieta in Menopausa. Cosa Mangiare? Perché? Alimentazione Desiderabile per una Donna in Menopausa Sedentaria che Pratica Sport

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

## **LA DIETA ORMONALE**

[Leggi di più ...](#)