

Keywords: Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze libro pdf download, Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze scaricare gratis, Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze epub italiano, Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze torrent, Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze leggere online gratis PDF

Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze PDF

Franco Berrino



Questo è solo un estratto dal libro di Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Franco Berrino
ISBN-10: 9788891740496
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2025 KB

DESCRIZIONE

A partire dagli anni '70 ricerche epidemiologiche hanno confermato che la trasformazione del cibo che ha accompagnato la rivoluzione industriale della produzione e della distribuzione alimentare ha avuto un ruolo importante nella genesi delle malattie croniche del mondo moderno. L'obiettivo del volume è rivalutare il cibo semplice e trasmettere poche ma importanti raccomandazioni preventive: più cereali integrali, legumi, verdura e frutta, meno zuccheri e cereali raffinati, carni e latticini. L'autore fornisce una guida a chi non sa come orientarsi; ai genitori che si interrogano su quale sia l'alimentazione migliore per crescere i propri figli; a chi soffre di piccoli disturbi che incidono fortemente sulla qualità della vita; ai malati che si chiedono quale sia l'alimentazione per aiutare la guarigione e prevenire le recidive della malattia; ai medici che desiderano aiutare i loro assistiti con umiltà e competenza; a erboristi, farmacisti e gestori di negozi biologici perché non veicolino proposte dietetiche potenzialmente nocive. L'augurio è che questa raccolta di articoli possa contribuire a diffondere l'idea che si può mangiare in modo consapevole. In questa nuova edizione aggiornata e ampliata l'autore offre spunti di riflessione sia sulla relazione tra il consumo di carni rosse e il rischio di insorgenza di tumori, malattie cardiache e diabete, sia sull'efficacia della dieta mediterranea per ridurre il rischio di sviluppare malattie neurodegenerative.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze è un libro di Franco Berrino pubblicato da Franco Angeli nella collana Self-help ...

Acquista l'eBook Il cibo dell'uomo. La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze di Franco Berrino in offerta, scaricalo in formato epub o pdf su ...

La via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze. ... presidente dell'associazione "La Grande Via", ... Il cibo dell'uomo

**IL CIBO DELL'UOMO. LA VIA DELLA SALUTE TRA CONOSCENZA SCIENTIFICA E
ANTICHE SAGGEZZE**

[Leggi di più ...](#)