

Tags: La saggezza del secondo cervello libro pdf download, La saggezza del secondo cervello scaricare gratis, La saggezza del secondo cervello epub italiano, La saggezza del secondo cervello torrent, La saggezza del secondo cervello leggere online gratis PDF

La saggezza del secondo cervello PDF

Francesco Bottaccioli



Questo è solo un estratto dal libro di La saggezza del secondo cervello. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Francesco Bottaccioli

ISBN-10: 9788848129886

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 2234 KB

DESCRIZIONE

E ormai assodato che le relazioni tra la porzione del sistema nervoso che abbiamo dentro la scatola cranica e la porzione che abbiamo dentro la parete intestinale sono rilevanti e a doppio senso di marcia. Il primo cervello, quello cranico, influenza il secondo, quello viscerale, ma anche il secondo influenza il primo, nel senso che quello che accade nella testa (stress, emozioni) influenza la salute della pancia e viceversa: la salute della pancia può influenzare il benessere mentale (depressione, ansia e altri disturbi psichici) e quello immunitario. La nuova edizione, che esce a 8 anni dalla prima, si presenta ampliata e aggiornata in tutti i capitoli accuratamente rivisti alla luce delle più recenti conoscenze. In particolare si è dato spazio alle ricerche che collegano l'intestino a disordini psichiatrici gravi e a malattie autoimmuni, come l'artrite reumatoide e le malattie infiammatorie intestinali, ma anche a problemi ginecologici e dermatologici. Completano il volume i consigli per un'alimentazione equilibrata e per un uso corretto della fitoterapia e degli esercizi di rilassamento.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Acquista il libro La saggezza del secondo cervello di Francesco Bottaccioli, Antonia Carosella in offerta; lo trovi online a prezzi scontati su La Feltrinelli.

Read "La saggezza del secondo cervello Coltivare buoni rapporti tra la pancia e la testa per mantenere o riavere la salute" by Francesco Bottaccioli with Rakuten Kobo ...

I due cervelli strettamente collegati con l'alimentazione. Abbiamo letto con molto piacere questo libro nella sua seconda edizione aggiorn...

LA SAGGEZZA DEL SECONDO CERVELLO

[Leggi di più ...](#)