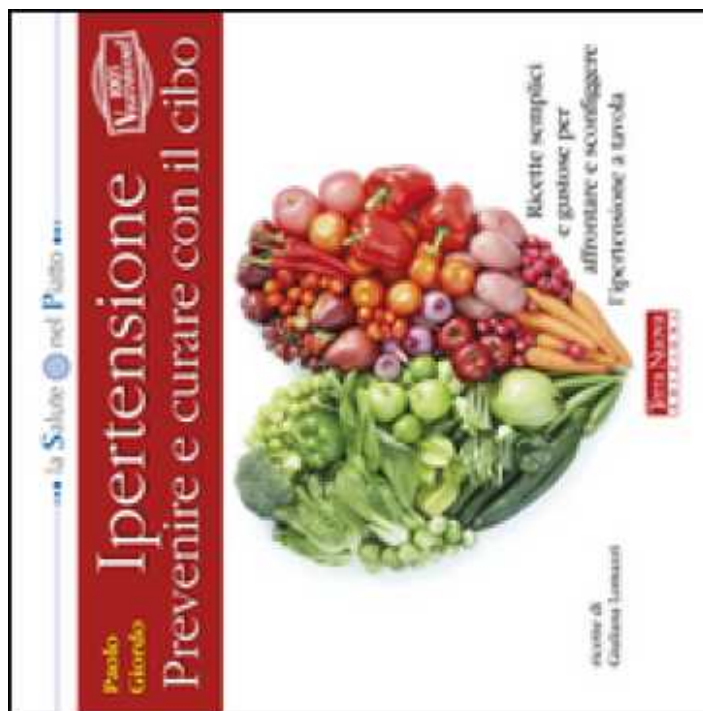


Tags: Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola libro pdf download, Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola scaricare gratis, Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola epub italiano, Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola torrent, Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola leggere online gratis PDF

Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola PDF

Paolo Giordo



Questo è solo un estratto dal libro di Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Paolo Giordo
ISBN-10: 9788866810155
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2723 KB

DESCRIZIONE

L'ipertensione arteriosa è una patologia molto comune nel mondo occidentale, legata a fattori anagrafici ma anche allo stile di vita e alla condotta alimentare. Troppi cibi di origine animale, sedentarietà e sovrappeso sono spesso alla base del sorgere e del perdurare di questa malattia. Nella prima parte di questo libro sono affrontati i principali fattori di rischio e proposte le migliori soluzioni per intervenire in modo naturale sul controllo dell'ipertensione, evitando così le sue complicanze tardive. Oltre ad affrontare il problema del sale e dei grassi, e i passi necessari per cambiare dieta, l'autore illustra i complementi alimentari, i prodotti fitoterapici e i principali rimedi omeopatici utili nella lotta contro l'ipertensione. Le oltre 80 ricette aiutano a "mangiare bene" a partire dal pane fino ai condimenti e alle salse, dalla colazione fino ai dolci. Verdure biologiche, legumi, cereali e farine integrali, olio extravergine d'oliva sono tra gli ingredienti che garantiscono sapore e salute a tavola. Le foto rendono il ricettario ancora più appetitoso.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Scarica Libro Gratis Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola Pdf Epub ~Quic83841673

Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola .

Scopri Ipertensione: prevenire e curare con il cibo. Ricette semplici e gustose per affrontare e sconfiggere l'ipertensione a tavola (La salute nel piatto) di Giordo ...

**IPERTENSIONE: PREVENIRE E CURARE CON IL CIBO. RICETTE SEMPLICI E GUSTOSE
PER AFFRONTARE E SCONFIGGERE L'IPERTENSIONE A TAVOLA**

[Leggi di più ...](#)