

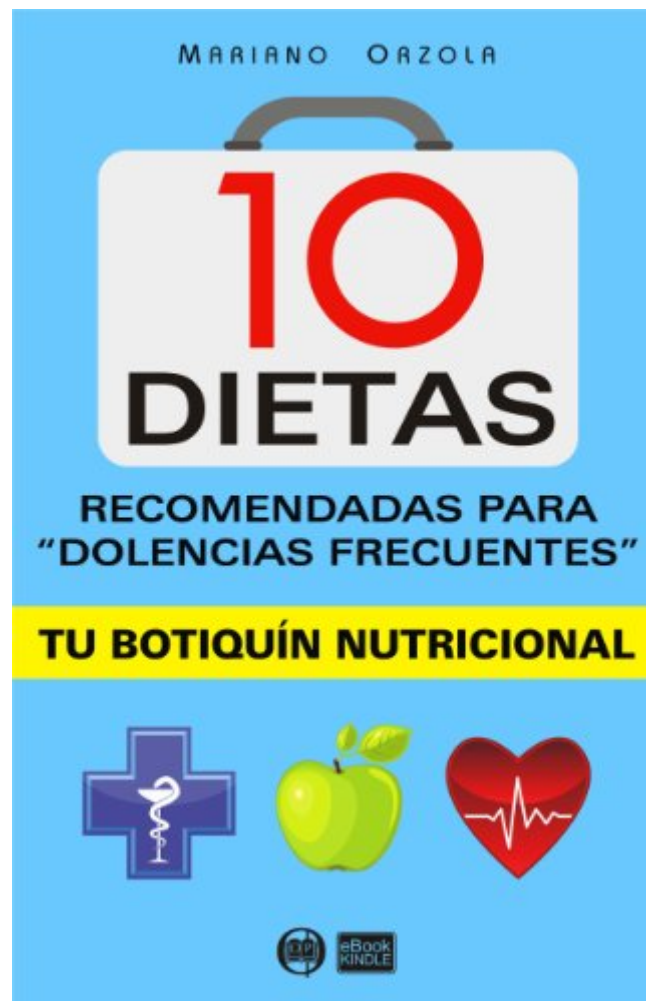
# 10 DIETAS RECOMENDADAS para "dolencias frecuentes": Tu botiquín nutricional (Spanish Edition)

Seguramente si tienes problemas de estrés, colesterol alto, hipertensión, defensas bajas, gastritis, trastornos hepáticos, celulitis, tabaquismo o envejecimiento... entre otros, vas a necesitar seguir una dieta para ayudar a una solución definitiva. Las denominadas "dolencias frecuentes" encuentran un paliativo muy interesante y efectivo en la organización de la dieta alimentaria. Una máxima popular enuncia "dime qué comes y te diré cómo te sientes", y lo cierto es que dieta y calidad de vida van de la mano. La alimentación es la base de la salud y el bienestar, junto con un estilo de vida activo y saludable. Por eso es muy probable que para mejorar su estado general de salud debas probar alguna de las 10 dietas incluidas en este libro. No te preocupes, ahora cuentas con la información para que cuando te aqueje una dolencia puedas adoptar la dieta más adecuada y conveniente. ¡No pierdas más tiempo y descubre ya mismo este imperdible libro!

## CONTENIDOS

- Dieta y Salud
- Cómo elegir la dieta adecuada
- DIETA ANTI CELULITIS: Consigue una piel firme y sin grasa
- DIETA ANTI COLESTEROL: Reduce tu nivel de colesterol malo
- DIETA ANTIEDAD: Luce más joven y saludable
- DIETA ANTI ESTRÉS: Elimina tensiones y ansiedad
- DIETA ANTI TABACO: Deja de fumar sin engordar
- DIETA AUTOINMUNE: Refuerza las defensas del organismo
- DIETA CONTROLADA: Reduce tus niveles de tensión arterial
- DIETA GASTRO-PROTECTORA: Alivia la gastritis y protege tu estómago
- DIETA HEPATO-PROTECTORA: Desintoxica tu hígado y potencia su función
- DIETA PRO SALUD: Reduce tus niveles de triglicéridos
- El Agua: Aliado de la nutrición
- Los métodos de cocción

10 DIETAS RECOMENDADAS para "dolencias frecuentes": Tu botiquín nutricional (Spanish Edition) por Mariano Orzola fue vendido por £4.33 cada copia. El libro publicado por OrzolaPress. Contiene 113 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Titulo del libro : 10 DIETAS RECOMENDADAS para "dolencias frecuentes": Tu botiquín nutricional (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: April 10, 2014
- Número de páginas: 113 páginas
- Autor: Mariano Orzola
- Editor: OrzolaPress

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer 10 DIETAS RECOMENDADAS para "dolencias frecuentes": Tu botiquín nutricional (Spanish Edition) en línea. Puedes leer 10 DIETAS RECOMENDADAS para "dolencias frecuentes": Tu botiquín nutricional (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

