

# **Dieta paleolítica – Todo lo que debe saber sobre la dieta paleolítica para bajar de peso: Guía completa para adoptar la dieta paleo para bajar de peso y adelgazar (Spanish Edition)**

## **Dieta Paleolítica - Todo lo que debe saber sobre la dieta Paleolítica**

Probablemente se estará preguntando qué es la dieta Paleo o dieta Paleolítica. Tal vez piensas que es sólo otra dieta creada por un autoproclamado gurú avaricioso. Muchas personas tienen este pensamiento. La buena noticia es que este breve pero potente libro le abrirá los ojos. Este libro le proporcionará una experiencia que le cambiará la vida, la forma de comer y de cuidar su cuerpo.

Hoy en día con toda la tecnología y cambio constante creemos que todo lo nuevo es bueno. Mientras que la mayoría de los cambios tecnológicos son buenos, la historia no es la misma en relación a nuestro cuerpo y salud. Encienda el televisor y se encontrará con una cantidad de píldoras que prometen solucionar los problemas que sean, sin embargo vienen con una larga lista de advertencias y efectos secundarios. Por lo general los efectos secundarios superan con creces cualquier beneficio y se estima que hay 20 efectos secundarios por cada 1 beneficio.

Las píldoras mágicas son simplemente para tratar los síntomas de la mala salud en lugar de abordar el problema raíz. Muchas dietas también hacen eso. El enfoque de la dieta Paleolítica es diferente y se encarga de atacar los síntomas y el problema raíz.

Este libro le presenta la esencia de la dieta Paleo para que pueda aprovechar todos los beneficios que ofrece.

El término Paleo se refiere a la era Paleolítica, hace unos 15.000 años atrás. Estudios arqueológicos han revelado que estas personas de la edad de piedra no sufrían ninguna de las enfermedades que vemos en la actualidad, como la diabetes, enfermedades cardíacas, etc. Se cree que las enfermedades de la actualidad se originan por los alimentos que comemos. La dieta Paleolítica emula el estilo de alimentación de nuestros antepasados, consumiendo sólo los alimentos para los que estamos diseñados por miles de años de evolución.

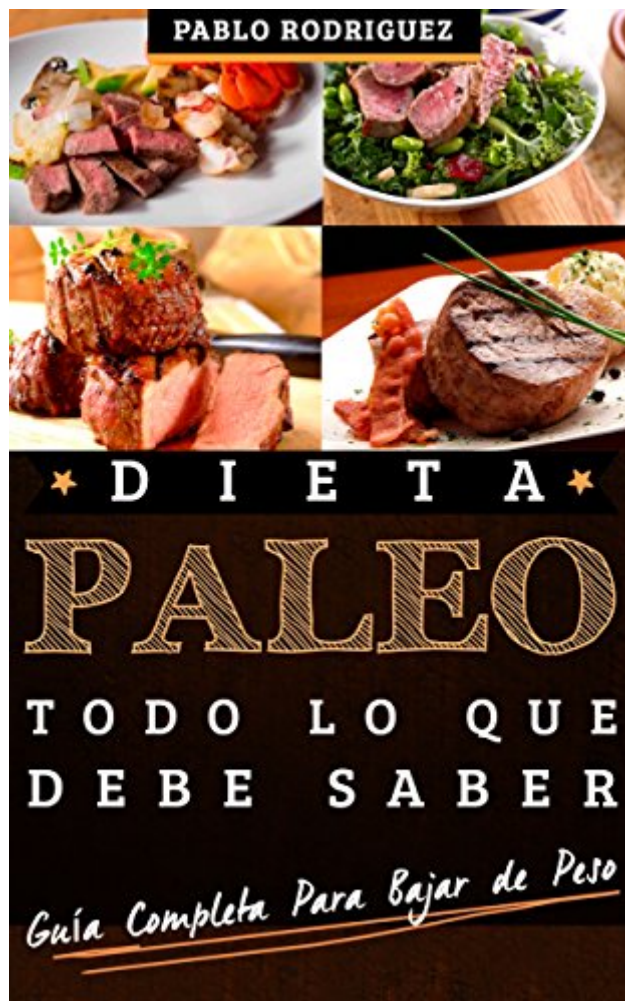
En “Dieta Paleolítica, todo lo que debe saber” encontrará:

- Qué es la dieta Paleolítica
- Qué hacer antes de implementar la dieta Paleolítica
- Explicación de los alimentos permitidos y no permitidos por la dieta Paleo
- Listas de comidas permitidas en la dieta Paleolítica
- Guía de aceites y grasas
- Guía de endulzantes naturales y derivados
- Preguntas frecuentes
- 10 hábitos para vivir Paleo
- Y mucho, mucho más...

**No siga esperando. Obtenga su copia del libro ahora a precio promocional sólo por tiempo limitado.**

**GARANTÍA – 100% DEVOLUCIÓN DEL DINERO.**

Dieta paleolítica – Todo lo que debe saber sobre la dieta paleolítica para bajar de peso: Guía completa para adoptar la dieta paleo para bajar de peso y adelgazar (Spanish Edition) por Pablo Rodriguez. Contiene 56 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 : Dieta paleolítica – Todo lo que debe saber sobre la dieta paleolítica para bajar de peso: Guía completa para adoptar la dieta paleo para bajar de peso y adelgazar (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: May 10, 2015
- Número de páginas: 56 páginas
- Autor: Pablo Rodriguez

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Dieta paleolítica – Todo lo que debe saber sobre la dieta paleolítica para bajar de peso: Guía completa para adoptar la dieta paleo para bajar de peso y adelgazar (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Dieta paleolítica – Todo lo que debe saber sobre la dieta paleolítica para bajar de peso: Guía completa para adoptar la dieta paleo para bajar de peso y adelgazar (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

