

Tags: Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') libro pdf download, Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') scaricare gratis, Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') epub italiano, Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') torrent, Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') leggere online gratis PDF

Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L') PDF

Umberto Vitali



Questo è solo un estratto dal libro di Idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura (L'). Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Umberto Vitali
ISBN-10: 9788865981016
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2959 KB

DESCRIZIONE

Che cosa si deve sapere per vivere bene e più a lungo? Quanto ancora non si conosce sulla salute e sulla prevenzione delle malattie? E possibile rallentare l'invecchiamento? Queste le domande a cui si tenta di rispondere nel presente volume, attraverso un linguaggio semplice ed esempi legati al quotidiano. Lo stress della vita moderna, le scelte dietetiche sbagliate dettate dai frenetici ritmi lavorativi possono avere conseguenze devastanti sull'organismo. La nuova sfida è ritornare a una alimentazione naturale, biologica, facendo tesoro delle indicazioni benefiche e curative della fitoterapia e dell'oligoterapia. Tante idee per combattere le cattive abitudini e scoprire l'elisir di lunga vita. Un "salutare" percorso che va dall'analisi dei problemi genetici ai metodi anti-invecchiamento, dal ruolo dei veleni ambientali alla dieta a zona, dalle intolleranze alimentari alla prevenzione dei tumori. Tanti preziosi consigli per migliorarsi, ampliare le conoscenze e sfruttare pienamente le infinite risorse che la natura ci offre.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

L'idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico. Perché preferire frutta e verdura, libro di Vitali U., edito da Pendragon. Che cosa si deve sapere per ...

« Per questo motivo ho scritto il libro "L'idea del vivere bene e più a lungo vista da un medico", sottotitolo "Perché preferire frutta e verdura ...

... una corretta alimentazione aiuta a vivere meglio e più a lungo. ... è bene calmarsi prima di mangiare, perché il ... E' importante preferire frutta di ...

IDEA DEL VIVERE BENE E PIÙ A LUNGO VISTA DA UN MEDICO. PERCHÉ PREFERIRE FRUTTA E VERDURA (L')

[Leggi di più ...](#)