

Tags: Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio libro pdf download, Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio scaricare gratis, Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio epub italiano, Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio torrent, Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio leggere online gratis PDF

Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio PDF

Aldo M. Chiappetta



Questo è solo un estratto dal libro di Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Aldo M. Chiappetta
ISBN-10: 9788891102379
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3491 KB

DESCRIZIONE

Il bisogno primario dell'alimentazione è una delle necessità maggiormente sottovalutate per importanza e rilevanza. L'affermazione del filosofo Ludwig Feuerbach "Siamo quello che mangiamo" è tanto vera quanto ignorata da molti. Già oltre 50 anni fa, il premio Nobel dott. Linus Pauling affermava la priorità dell'alimentazione come reale medicina per il nostro organismo. Infatti oltre il 70% delle patologie che ci affliggono sono procurate dal nostro modo di alimentarci. Dai malesseri come mal di testa, spossatezza e ansia alle patologie più gravi come cancro, infarto, diabete e depressione, il nostro corpo è più che in grado di guarire da solo. Come? semplicemente fornendogli i migliori nutrienti, nelle corrette proporzioni, nei tempi giusti e con gli abbinamenti adeguati, perché il corpo è una macchina perfetta, ma necessita di una nutrizione così come suggerita in questo libro. Faremo insieme un piacevole percorso partendo dal comune concetto di alimentazione per approdare a quello più sano di nutrizione. Metteremo gli accenti sui cibi più appropriati e sfateremo tanti luoghi comuni nati per lo più da esigenze di marketing e di business. Attraverso poche e semplici regole il lettore potrà crearsi un pratico piano alimentare personalizzato e acquisire una nuova coscienza nutrizionale. Grazie al passaggio dall'alimentazione alla nutrizione cambieremo l'assurdo modo di pensare al "dolore normale" propinato da un mondo che cerca di anestetizzarci con le sue regole.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Nutrirsi bene per sentirsi meglio - Carla Orsi - Distributore Herbalife. 241 likes · 3 talking about this. Integrazione a una sana alimentazione....

Acquista il libro Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio di Aldo M. Chiappetta in offerta; lo trovi online a prezzi scontati su La ...

Buy Nutrirsi bene per sentirsi vivi. Scopri come vivere di più e meglio by Aldo M. Chiappetta (ISBN: 9788891102379) from Amazon's Book Store. Everyday low prices and ...

NUTRIRSI BENE PER SENTIRSI VIVI. SCOPRI COME VIVERE DI PIÙ E MEGLIO

[Leggi di più ...](#)