

BUENA NUTRICION LA



LOZADA, VICTORIA

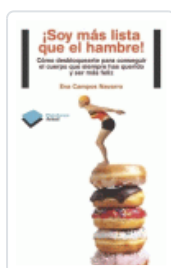
SINOPSIS

½Ya no se puede comer nada+; ½Todo lo bueno engorda+; ½+Por qué los nutricionistas no se ponen de acuerdo?+; ½+Por qué se contradicen los estudios científicos?+. Estas son algunas de las inquietudes que nos surgen cuando hacemos la compra. Cada día, tareas como ir al súper, distinguir la información importante de un etiquetado o diferenciar entre procesados ½buenos+ o ½malos+ se han convertido en labores complejas y dispendiosas. En La buena nutrición, la nutricionista Victoria Lozada nos demuestra que llevar un estilo de vida sano es posible, y que es mucho más simple de lo que parece. Hay vida más allá del recuento de calorías y de comer lechuga todo el día. Este libro nos ayudará a hacer frente a la publicidad engañosa, a repensar la lista de la compra y a mantener una alimentación positiva y coherente. Una obra que nos acerca de forma sencilla y accesible a una nutrición saludable, consciente e informada. ...

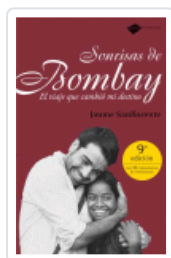


Editorial	PLATAFORMA EDITORIAL
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417114572
Status	Disponible
Páginas	178
Tamaño	140x0x11 mm.
Peso	242
Precio (Imp. inc.)	17,00€
Idioma	Español

Títulos relacionados



SOY MAS LISTA QUE EL HAMBRE!
(2ª EDICION)
CAMPOS NAVARRO, EVA



SONRISAS DE BOMBAY (17ª EDICION)
SANLLORENTE, JAUME



AHORA YO (6ª ED)
ALONSO PUIG, MARIO



VIVIR LA VIDA CON SENTIDO (4ª ED)
KUPPERS, VICTOR