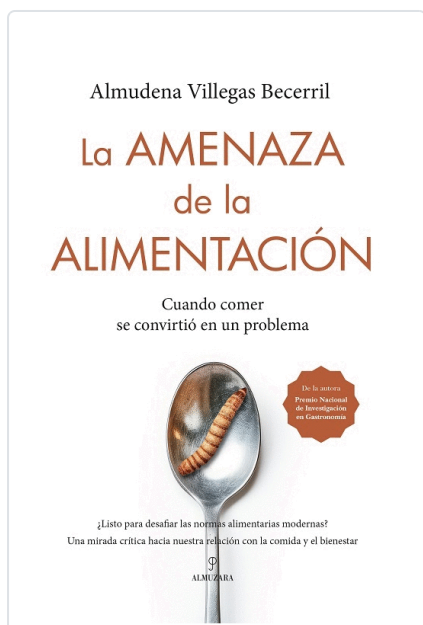


AMENAZA DE LA ALIMENTACIÓN, LA

VILLEGAS BECERRIL, ALMUDENA

SINOPSIS

En un mundo donde el acto aparentemente simple de comer se ha vuelto un laberinto de decisiones y elecciones complejas, ¿cómo podemos recuperar el placer y la salud en nuestra alimentación diaria? La autora nos guía a través de un análisis profundo de cómo hemos llegado a este punto crucial en nuestra relación con la comida. Desde tiempos inmemoriales, el ser humano ha sabido encontrar en la naturaleza los alimentos necesarios para mantenerse vivo y saludable. Sin embargo, en la actualidad nos enfrentamos a una realidad donde la comida procesada y los productos industriales han distorsionado este equilibrio ancestral. ¿Cómo podemos discernir entre lo que es verdaderamente nutritivo y lo que es solo una ilusión de salud? Con una mirada crítica y reflexiva, Almudena Villegas nos invita a cuestionar las prácticas alimenticias modernas y a reconectar con la sabiduría de nuestras raíces culinarias. Nos recuerda la importancia del convivium, ese momento compartido alrededor de la mesa donde se comparten no solo alimentos, sino también conversaciones, risas y afectos. La amenaza de la alimentación" es más que un...



Editorial	ALMUZARA
Materia	BIENESTAR Y SALUD
EAN	9788410521803
Status	Disponible
Encuadernación	Otros
Páginas	240
Tamaño	14x2216x0 mm.
Peso	299
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	04/06/2024