

NUTRIENTE DE LA LONGEVIDAD, EL

VENN-WATSON, STEPHANIE

SINOPSIS

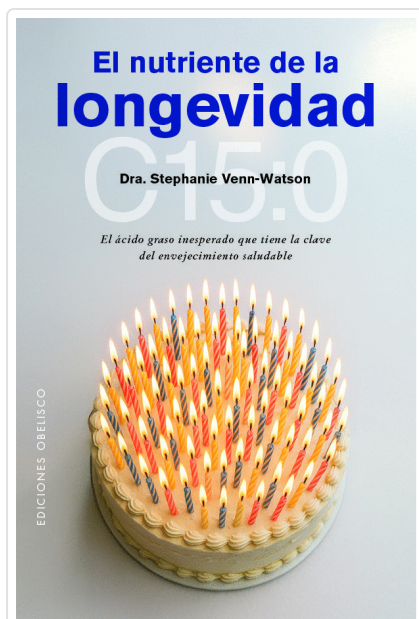
El ácido graso inesperado que tiene la clave del envejecimiento saludable

Descubre el secreto de la longevidad con la revolucionaria investigación de la Dra. Stephanie Venn-Watson sobre la molécula C15:0, un ácido graso esencial presente en la leche entera, el queso y el pescado azul que puede mejorar tu salud e incrementar tu esperanza de vida.

En El nutriente de la longevidad, la Dra. Venn-Watson revela la ciencia que se encuentra detrás del C15:0, el primer ácido graso esencial descubierto en casi un siglo. Este descubrimiento revolucionario identifica el ingrediente clave para combatir enfermedades crónicas asociadas al envejecimiento. El libro se desarrolla como una historia de detectives, guiándote paso a paso por el proceso científico y el descubrimiento de este nutriente extraordinario. Las implicaciones de reincorporar este nutriente a la dieta no pueden ser más relevantes.

Además, presenta pasos prácticos y sencillos para incorporar de forma responsable este ácido graso esencial, el C15:0, a tu vida cotidiana, con el fin de mejorar tu salud y bienestar a largo plazo.

¿El descubrimiento más sorprendente? Al final, puede que sea justamente un ácido graso saturado el que nos salve a todos...



Editorial	OBELISCO
Materia	[MB] MEDICINA Y SALUD: CUESTIONES GENERALES
EAN	9788411723497
Status	Disponible
Páginas	400
Tamaño	0x2326x0 mm.
Peso	571
Precio (Imp. inc.)	22,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	09/02/2026