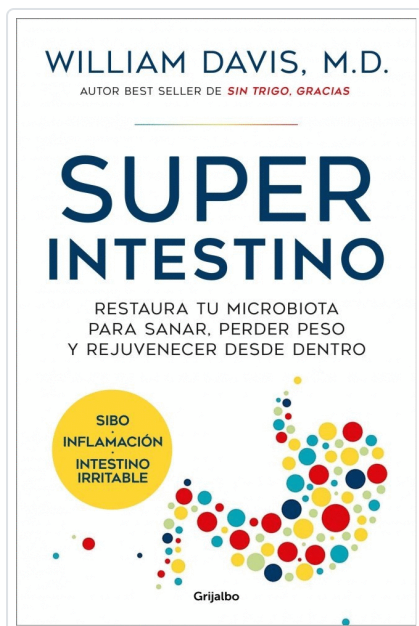


SUPERINTESTINO



Dr. William Davis

SINOPSIS

Un plan de 4 semanas para sanar tu microbiota, recuperar la salud y perder peso, del autor bestseller de Sin trigo, gracias, el Dr. William Davis «Superintestino revela que nuestra salud depende en gran medida de la inmensa variedad de microorganismos que viven en nosotros, y nos muestra cómo podemos manipular esa relación a nuestro favor» Dr. DAVID PERLMUTTER, autor del bestseller Cerebro de pan El doctor William Davis conoce bien la estrecha conexión que existe entre la salud intestinal y muchas de las dolencias y molestias actuales más comunes. En Superintestino, el doctor Davis presenta un plan de cuatro semanas para reprogramar tu microbiota. Su enfoque basado en investigaciones y técnicas revolucionarias de última generación: * ataca la raíz de múltiples enfermedades, como el SIBO y el SIFO * mejora los niveles de oxitocina * favorece la salud cerebral * retrasa el envejecimiento * promueve la pérdida de peso La lectura de Superintestino, salpicada de explicaciones científicas y casos clínicos, y con más de cuarenta recetas para aplicar el programa de forma práctica, te ayudará a identificar y erradicar los problemas intestinales y a mantener una salud duradera. Lo que dicen los expertos:

«Superintestino es la guía básica y fundamental para tener una vida larga, saludable y productiva Con recomendaciones fáciles de poner en práctica, no tardarás en agradecer profundamente haber invertido tiempo en leerlo y aplicarlo Toda enfermedad comienza en el intestino. ¡Así que construye un superintestino!».

Dr. TOM O'BRYAN, autor de The Autoimmune Fix y You Can Fix Your Brain

«Las bacterias no son las villanas! El plan del doctor Davis te ayuda a reparar la microbiota y a combatir a los culpables que nos privan de los probióticos naturales esenciales para mantener un intestino sano. Bravo al doctor Davis por esta nueva y valiosa contribución».

Dr. RAPHAEL KELLMAN, fundador de Microbiome Medicine, autor de The Microbiome Diet, The Microbiome Breakthrough, Microbiome Thyroid

«Una mirada fascinante a la ciencia del microbioma intesti...



| | |
|----------------------|--|
| Editorial | GRIJALBO |
| Materia | [VFMD] LA SALUD: DIETAS Y NUTRICIÓN |
| EAN | 9788425372926 |
| Status | Disponible |
| Páginas | 392 |
| Tamaño | 150x230x0 mm. |
| Precio (Imp. inc.) | 21,90€ |
| Idioma | Español |
| Fecha de lanzamiento | 09/04/2026 |