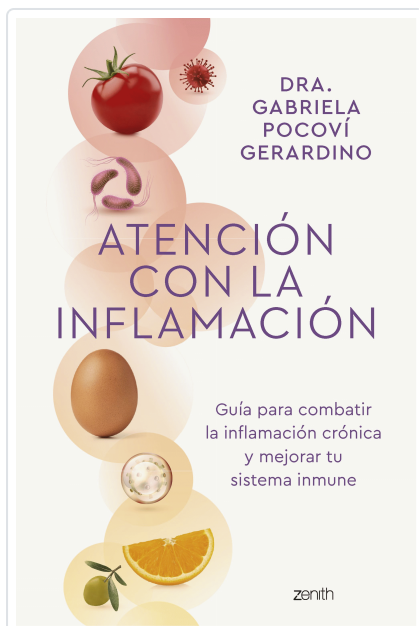


ATENCIÓN CON LA INFLAMACIÓN (ZENITH)



POCOVI GERARDINO, DRA. GABRIELA

SINOPSIS

No puedes cambiar tus genes, pero así cuidas tus intestinos y tu sistema inmune puedes cambiar tu vida. Migrañas, alergias, problemas de tiroides y de hormonas, gastritis, intestino irritable, enfermedades autoinmunes, sobrepeso por más dietas que hagas, acné, eccemas, vientre hinchado, estreñimiento, retención de líquidos, dolores musculares y articulares, baja energía... este es solo el comienzo de una lista de enfermedades y condiciones que pueden estar vinculadas a un sistema inmunitario que te esté gritando: ¡estamos inflamados! El sistema inmunitario es el encargado de controlar la inflamación crónica, responsable de muchas de las enfermedades de la vida moderna y la culpable de que, a veces, te encuentres mal sin saber por qué. Reconocer que podemos sufrir de inflamación crónica, y saber cómo combatirla a través de una alimentación y estilo de vida antiinflamatorio, puede ayudarnos a mejorar notablemente nuestra calidad de vida. En este libro, la Dra. Gabriela Pocovi, especialista en el estudio del impacto que tiene la alimentación en nuestro sistema inmunitario, te enseñará a tomar medidas claves para reforzarlo, combatir la inflamación y recuperar tu salud, partiendo del cuidado del intestino y su microbiota. ...



Editorial	PLANETA
Materia	MEDICINA
Colección	PLANETA LECTOR
EAN	9788408265795
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	150x230x mm.
Peso	300
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	09/12/2022

Títulos relacionados



CURSO EN EL QUE ME ENAMORE DE TI, EL (CUATROVIENTOS)
ALVAREZ, BLANCA



ULTIMOS OSOS POLARES, LOS (COMETA)
HORSE, HARRY



MARCABRU Y LA HOGUERA DE HIELO (CUATROVIENTOS)
TEIXIDOR, EMILI



MANSION DE LAS MIL PUERTAS, LA (CUATROVIENTOS)
SIERRA I FABRA, JORDI