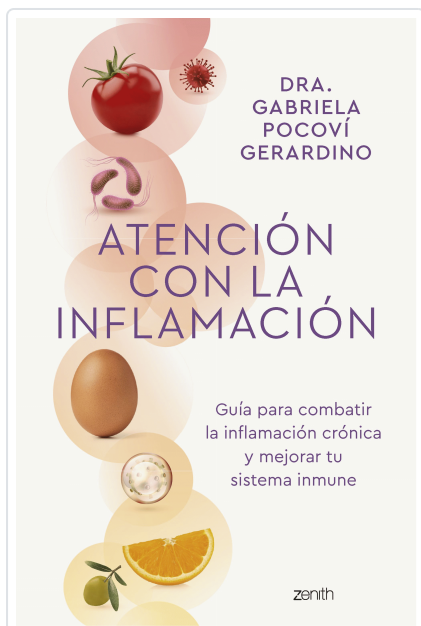


# ATENCIÓN CON LA INFLAMACIÓN (ZENITH)



**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.)	17,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	09/12/2022

## Títulos relacionados



REFORMA DEL  
REGIMEN  
JURIDICO DE LA  
ADMINISTRACION LOCAL  
VARIOS AUTORES



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