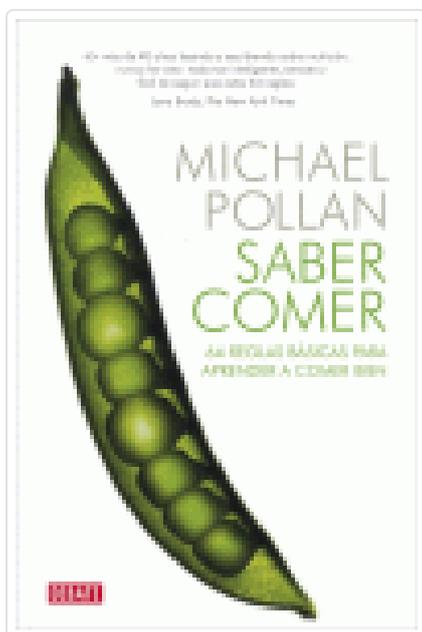


SABER COMER. 64 REGLAS BASICAS PARA APRENDER A COMER BIEN



POLLAN, MICHAEL

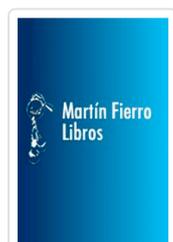
SINOPSIS

Una guía sencilla para comer de manera inteligente..Comer no tiene que ser tan complicado. En esta época de dietas milagrosas demasiado elaboradas, y consejos contradictorios sobre salud y nutrición, Saber comer nos ofrece 64 reglas básicas para nuestra alimentación diaria. Escrito con claridad, precisión, y una agudeza que lo ha llevado a convertirse en un bestseller, este manual indispensable bebe de una gran variedad de tradiciones y nos muestra como las distintas culturas han alcanzado a través de los siglos una sabiduría común sobre la comida. Un manual perfecto para gente con sentido común y para todo aquel que alguna vez se haya preguntado +qué, cuándo, y cómo debería comer?.½Un manual práctico que reemplazará todos los libros de dieta de tu estantería.+The New York Times.½En las cuatro décadas que llevo leyendo y escribiendo sobre nutrición nunca había dado con algo tan inteligente, sensato, y fácil de seguir como estos 64 consejos.+The New York Times.. ...



Editorial	DEBATE
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788499921730
Status	Descatalogado
Encuadernación	Otros
Páginas	176
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	12,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	18/04/2012

Títulos relacionados



ES SOLO LLUVIA
ESTEBAN, ANA



ESPERANDO LO QUE TEMO
SANTOS, ANA



HIJO DE DIOS
MCCARTHY, CORMAC



NOVELA CORTA ESPAÑOLA(AUTORES REALISTAS)
ALAS/CLARIN/GALDOS/LANZA