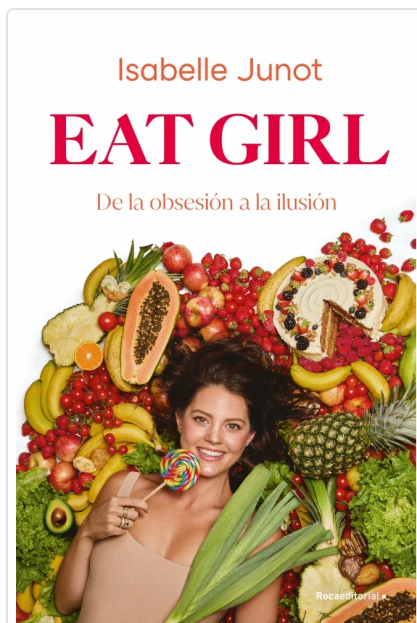


EAT GIRL



Junot, Isabelle

SINOPSIS

Bienvenida a Eat girl, el libro que viene a revolucionar tu relación con la comida: sin culpas, sin reglas rígidas, ni fórmulas mágicas que prometen lo imposible. ¿Es el cuerpo de tus sueños si es una pesadilla mantenerlo? Esta guía divertida, pero basada en la evidencia científica, te descubrirá una revolucionaria forma de comer (y, en el fondo, de vivir) que te hará sentir y verte mejor a largo plazo (y no solo a partir del lunes). Consigue que tu mentalidad y tu metabolismo trabajen contigo y no contra ti con The Peace Method Program, un sistema basado en los principios de la alimentación intuitiva que te permitirá liberarte de ese ciclo de dietas, restricciones, atracones y sentimientos negativos que no te permiten alcanzar tu versión favorita (que no tu mejor versión)....



Editorial	ROCA
Materia	DIETETICA Y NUTRICION
EAN	9788410274204
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	230x150x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	27/03/2025