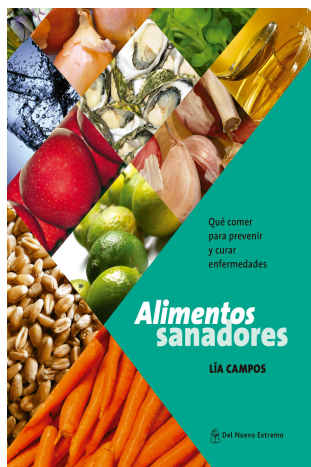




## Alimentos sanadores

Lía Campos



**Sello:** Del Nuevo Extremo

**Tema:** - Divulgación científica y Ciencias naturales - Gastronomía - Salud

**Artículo:** Libro

**ISBN:** 978-987-609-404-7

**Medidas:** 23x19

**Peso:** Consulte

**Cantidad de páginas:** 256

**Encuadernación:** Rústica

**País de impresión:** Argentina

**País de publicación:** Argentina

**Idioma:** Español

**Sinopsis:** Que tu alimento sea tu medicina. Hipócrates Los alimentos que ingerimos para calmar nuestro apetito y cumplir nuestras funciones biológicas, también pueden servirnos para alejarnos de la enfermedad y mantenernos en salud. Nuestra alimentación incide de manera directa en nuestra calidad de vida y en su sustentabilidad.

Sin embargo: ¿sabemos qué alimentos privilegiar a la hora de prevenir la tan temida aterosclerosis?, ¿tenemos conocimiento acerca de cuáles son los que debemos evitar si padecemos problemas de tiroides?, ¿cómo planificar nuestra mesa diaria en caso de que haya uno o más diabéticos en la familia?, ¿hay algo que se pueda hacer desde la alimentación si a una pareja le cuesta concebir? Estas y muchas otras preguntas serán respondidas con este verdadero diccionario que, organizado alfabéticamente por dolencias, síntomas y situaciones fisiológicas, ofrece un panorama exhaustivo acerca de qué alimento es bueno ingerir y cuál evitar.

**Sobre el autor:** Consulte

