

## Attiva il tuo supermetabolismo PDF

Haylie Pomroy



*Questo è solo un estratto dal libro di Attiva il tuo supermetabolismo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Haylie Pomroy  
ISBN-10: 9788820060398  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4883 KB

## DESCRIZIONE

Volete sentirvi sempre in gran forma, ottenere il peso ideale, rendere il vostro corpo a prova di malattia? Allora mangiate per curarvi! Haylie Pomroy, nota nutrizionista e autrice del bestseller *La dieta del supermetabolismo*, ha la ricetta giusta per ognuno di voi. Quando numerose malattie e le conseguenze di un incidente minacciavano la sua sopravvivenza, iniziò un viaggio di ricerca sul metabolismo e gli effetti del cibo che ha cambiato la sua vita. In questo libro rivela per la prima volta la sua storia personale, e illustra i potenti programmi alimentari da lei creati e ispirati ai metodi che le hanno salvato la vita e la fanno stare bene. Queste stesse terapie hanno curato e curano migliaia di suoi pazienti. Il nostro corpo ci parla, ci comunica le sue necessità. Dobbiamo solo imparare ad ascoltarlo. Qualche volta sussurra: quando ci sentiamo stanchi, soffriamo di problemi digestivi, oppure il nostro fisico si modifica in un modo che non riconosciamo né accettiamo. Altre volte il corpo ci parla e cambia la nostra biochimica per attirare l'attenzione, innalzando il livello del colesterolo, rendendoci irritabili, ansiosi, "annebbiati". E poi, talvolta, il corpo urla la sua richiesta di aiuto: diventiamo prediabetici o diabetici, il nostro sistema immunitario si confonde e ci attacca. Tutti questi segnali nascondono un problema specifico, per il quale la risposta efficace non viene dai farmaci, ma dal cibo.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Il Metabolismo di un organismo vivente è una macchina perfetta, un laboratorio biochimico molto complesso che, per funzionare al massimo, necessita di un gran numero ...

Attiva il tuo Supermetabolismo: Dimagrire, ringiovanire, restare in salute con i supercibi eBook: Haylie Pomroy: Amazon.it: Kindle Store

Risparmia comprando online a prezzo scontato Attiva il tuo super metabolismo scritto da Haylie Pomroy, Eve Adamson e pubblicato da Sperling & Kupfer. Libreria Cortina ...

**ATTIVA IL TUO SUPERMETABOLISMO**

[Leggi di più ...](#)