

Keywords: La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa libro pdf download, La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa scaricare gratis, La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa epub italiano, La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa torrent, La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa leggere online gratis PDF

La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa PDF

Sherrill Sellman



Questo è solo un estratto dal libro di La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Sherrill Sellman
ISBN-10: 9788893193412
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1617 KB

DESCRIZIONE

La verità sugli ormoni sfida le convinzioni e le credenze che hanno determinato la percezione femminile del proprio corpo e dei cicli ormonali. Si tratta di una guida volta a illuminare ed emancipare tutte le donne con informazioni veritiere e nozioni pratiche, così che possano effettuare le scelte migliori per il proprio equilibrio ormonale ed avere una salute ottimale. La naturopata Sherrill Sellman ha dedicato molti anni alla ricerca meticolosa e al ritrovamento di soluzioni alimentari nuove e stili di vita adatti alle "sfide" ormonali che le donne incontrano lungo il cammino della vita. Alle persone in età fertile l'autrice propone soluzioni per la sindrome premestruale, l'endometriosi, le cisti ovariche, la sindrome dell'ovaio policistico, i fibromi e la sterilità. Per gli anni della perimenopausa (il periodo che precede la menopausa) e della menopausa, offre informazioni all'avanguardia su come ristabilire l'equilibrio ormonale e liberarsi di sudorazioni notturne, vampate di calore, aumento di peso, depressione, ansia, insonnia e molto altro. Negli anni della post-menopausa, la Sellman indica alle donne come diventare davvero più giovani e sane mentre invecchiano, contrastando disturbi quali la diminuzione della libido, la secchezza vaginale, la perdita di massa muscolare, la pelle grinzosa, i dolori e le infiammazioni, la spossatezza, il sistema immunitario compromesso, il pensiero annebbiato, la perdita di densità ossea, ecc. L'autrice illustra inoltre le cause e le possibili soluzioni dell'epidemia di obesità che rischia di diventare uno dei più seri problemi per la salute pubblica mondiale.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere dalla prima mestruazione alla menopausa ... lo era stato diventare donna, con la prima mestruazione.

La verità sugli ormoni. Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla ...
Contrasta i disturbi della menopausa come le vampate di calore ...

... of the La Verità sugli Ormoni: Tutto quello che le donne dovrebbero sapere, dalla prima mestruazione alla menopausa by ... dalla prima mestruazione alla menopausa.

**LA VERITÀ SUGLI ORMONI. TUTTO QUELLO CHE LE DONNE DOVREBBERO SAPERE,
DALLA PRIMA MESTRUAZIONE ALLA MENOPAUSA**

[Leggi di più ...](#)