

## Dieta integrativa

La dieta que tu salud necesita

Blázquez Blanco, Elisa

Editorial: Ediciones i

ISBN: 9788496851726

Páginas: 200

Dimensiones: 16 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

SOLUCIONES DESDE LA MEDICINA INTEGRATIVA

3ª Edición



### Dieta integrativa

La dieta que tu salud necesita

Elisa Blázquez Blanco

 ediciones i

 CMI  
clínica  
medicina  
integrativa

## SINOPSIS

¿Te has preguntado por qué la obesidad y el cáncer se han convertido en una pandemia?

¿Sabías que las tablas calóricas y nutricionales de los alimentos de toda la vida ya no reflejan el contenido real de lo que comemos?

¿Sabías que la mayoría de las enfermedades crónicas, se pueden prevenir con una dieta apropiada?

Di no a las dietas milagro, las recetas prodigiosas y las falsas promesas y conoce la verdadera alimentación saludable del siglo XXI basada en la ciencia.