

Dieta 5+2

5 días de dieta y 2 de descanso

Cidón Madrigal, Dr. José Luis

Editorial: La Salud Naturalmente

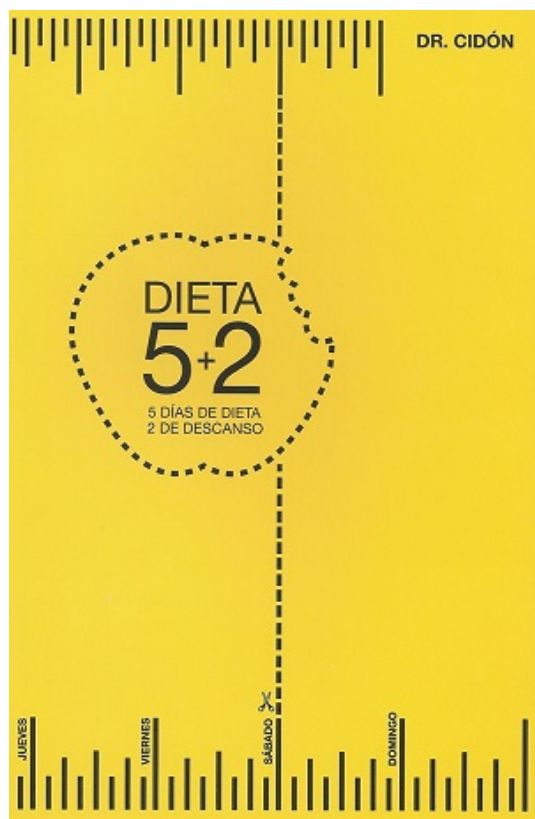
ISBN: 9788460859079

Páginas: 244

Dimensiones: 15 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €



SINOPSIS

¿Desea usted reducir sus niveles de grasa corporal de forma duradera, sin evitar ningún alimento, ni pasar privaciones o poner en riesgo su salud? Entonces, decididamente este libro es para usted. No se trata de ningún reclamo comercial; no es otra dieta de moda; no es ninguna quimera. Existe y es 100% real: se llama 'Dieta 5-2'. La obra que usted tiene en sus manos contiene todo lo que necesita saber para beneficiarse de esta revolucionaria forma de alimentación. La 'Dieta 5-2' no excluye ningún tipo de alimento, pero establece el momento adecuado en que éstos deben ser tomados. No interfiere con la vida social del individuo y permite asistir a encuentros o celebraciones que giren en torno a la comida. Asimismo, cuando se sigue la 'Dieta 5-2', se activan mecanismos fisiológicos que reducen la sensación de hambre y la ansiedad, inconvenientes presentes en muchas otras dietas. Por último, no solo disminuye de forma duradera los niveles de grasa corporal sino que presenta beneficios adicionales como la reducción de los niveles de colesterol, triglicéridos o tensión arterial. Miles de personas han alcanzado su peso ideal gracias a este método revolucionario. Han mejorado su salud y autoestima. Usted puede ser uno de ellos. No lo dude más. No hay excusa que valga; aplíquela desde hoy mismo, con la certeza de que jamás se arrepentirá. Ha llegado el momento de conseguir el físico que siempre soñó. ¡Adelante!