

BUENAS DIGESTIONES

DISFRUTA DE SABROSAS COMIDAS SIN ARDORES Y NÚTRETE MEJOR CON LA MEDICINA NATURAL

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475562377

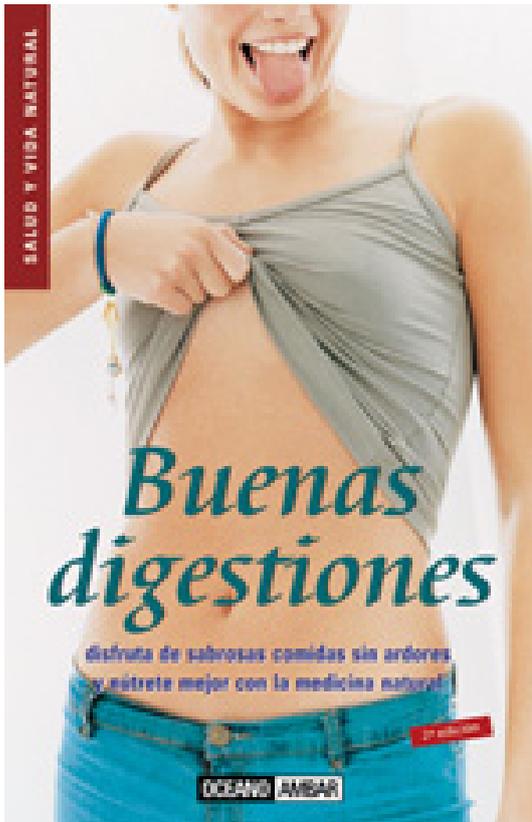
Páginas: 174

Dimensiones: 13,5 x 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 6,15 €

Coleccion: Salud y vida natural



SINOPSIS

Esta obra explica cómo comer de manera más inteligente para sacar el máximo partido a los alimentos y disfrutar del placer de la buena mesa también después de comer. Una buena digestión ayuda a nutrir el organismo sin que el estómago o el sistema digestivo nos pase factura después. Por ello vale la pena tener en cuenta la cantidad, calidad y la forma de combinar los alimentos, e incluso el orden más favorable de comerlos.