

SUPERALIMENTOS

GUÍA ESENCIAL PARA LA SALUD Y LA VITALIDAD

Ortemberg, Adriana

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475562964

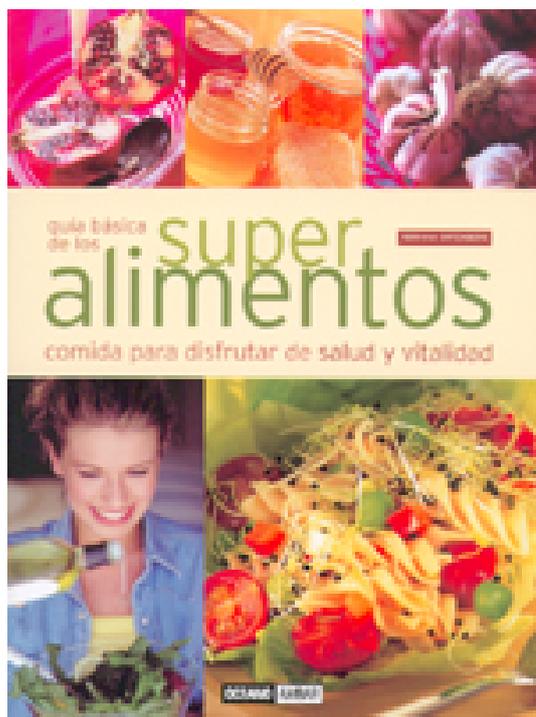
Páginas: 204

Dimensiones: 19 x 25,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,90 €

Coleccion: Salud y vida natural



SINOPSIS

Los superalimentos no obran siempre milagros, pero sí nos proporcionan una prevención sana, refuerzan nuestro sistema inmunitario y nos permiten una mayor calidad de vida. Este completísimo manual ahonda en los últimos descubrimientos científicos sobre las cualidades nutricionales y terapéuticas de vegetales tan humildes como el brócoli o la alcachofa, junto con otros venidos de tierras lejanas como el noni.