¿Llenarse o nutrirse? Perder peso no lo es todo....

Dr. Marc

Editorial: Alas
ISBN: 9788420307022
Páginas: 184
Dimensiones: 15 x 21 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 16,00 €

SINOPSIS

La medicina china afirma que enfermamos por efecto de incontables agresiones internas y externas (patógenos, traumatismos, factores ambientales, emocionales, genéricos, sustancias tóxicas, etc.). Todo esto configura una complejidad de CONCAUSAS con la potencialidad de hacernos enfermar. Un diagnóstico acertado contempla, pues, muy atentamente POR QUÉ un determinado organismo ha cedido y ha desarrollado la enfermedad. De entre las agresiones patógenas más importantes y frecuentes está sin duda LA ALIMENTACIÓN. La alimentación, podemos decirlo, es quizás el factor de salud y prevención más central, sin considerar que mucho del desorden alimenticio al que estamos sometidos es fruto de una libre elección. En esta época, en la cual la producción de alimentos se ha vuelto procesada industrialmente, fuera de nuestro control respecto a los ingredientes, las sustancias innecesarias añadidas, los métodos de procesamiento y más, es sumamente importante saber cómo funcionamos, qué nos debilita, y cómo defenderse de las agresiones patógenas con el fin de prevenir, pero también de facilitar la curación de muchas condiciones. De todo ello va este libro.