

Alimentación detox para la belleza natural

Descubre los 50 alimentos más eficaces para transformar tu cuerpo, llenarte de energía y mostrar toda tu belleza

Snyder, Kimberly

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484455288

Páginas: 290

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,90 €

Colección: Salud Natural - Nutrición y Salud



SINOPSIS

En este libro encontrarás más de 85 recetas sanas y deliciosas que te permitirán tener un aspecto envidiable. Por fin podrás tomar las riendas de tu salud y tu belleza... bocadito a bocadito.

En su gran éxito de ventas *Solución detox para la belleza natural*, Kimberly Snyder, una de las principales nutricionistas y expertas en belleza de Hollywood, nos mostró el revolucionario programa de alimentación que mantiene a sus famosísimos clientes siempre preparados para pisar la alfombra roja. Ahora tú también puedes recibir el tratamiento de las estrellas gracias a esta guía de los 50 alimentos que más realzan la belleza y que te harán resplandecer de dentro afuera. Deja de gastar dinero en productos de belleza caros y lujosos y obtén unos resultados fabulosos comprando simplemente productos sanos en la frutería de tu barrio. Por ejemplo:

- * Picotea semillas de calabaza para tener un cabello lustroso.
- * Toma plátanos y apio para disminuir las ojeras.
- * Come aguacates (paltas) y batatas (boniatos o papas dulces) para tener una piel joven y reluciente.