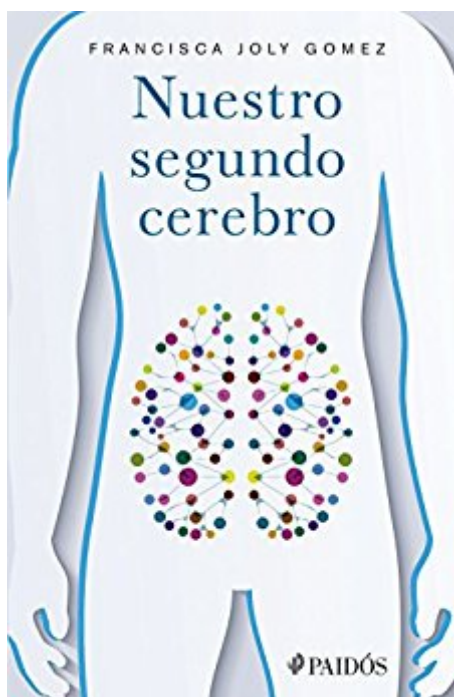


The book was found

Nuestro Segundo Cerebro (Spanish Edition)



Synopsis

Ante el aumento acelerado de los problemas intestinales – “gastritis, colitis, estreñimiento”, la comprensión del funcionamiento de nuestro sistema digestivo se vuelve primordial para preservar nuestra salud, no solo física sino emocional. Al comprender la estrecha relación del intestino con nuestro cerebro, a través de las neuronas que se conectan a través del Sistema Nervioso, se explica el porqué numerosas patologías estomacales y digestivas se asocian al estrés de la vida moderna. En este libro cuya autora es una destacada nutrióloga y gastroenteróloga, se da la pauta para identificar el origen de las enfermedades asociadas con este órgano, y se proporciona la clave para mantener o recuperar el equilibrio intestinal mediante soluciones simples para cambiar su alimentación, escoger la cocina más adecuada, privilegiar los alimentos sanos y utilizar los micronutrientes. Todos los principios básicos para tomar conciencia de nuestro intestino, con el fin de recuperar la salud sin recurrir a tratamientos médicos.

Book Information

File Size: 3612 KB

Print Length: 298 pages

Publisher: Paidós México (March 17, 2016)

Publication Date: March 17, 2016

Sold by: Editorial Planeta, S.A.U.

Language: Spanish

ASIN: B01C7T4J0I

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #1,231,534 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #30

in Books > Libros en español > Medicina > Enfermedades #159 in Books > Libros en español > Medicina > Medicina Interna #222 in Kindle Store > Kindle eBooks > Medical eBooks > Internal Medicine > Gastroenterology

Customer Reviews

Este libro resulta muy útil, no solo para los que somos profesionales de la salud, sino también para aquellos que tenemos algún problema con nuestro sistema gastrointestinal. Está excelentemente documentado. No solo nos evidencia a través de estudios cuáles son los alimentos más saludables para nuestro consumo sino que al final ofrece interesantes recetas. Lo

recomiendo.

[Download to continue reading...](#)

Nuestro segundo cerebro (Spanish Edition) Superaci3n Personal - PNL: Reprograme su cerebro con PNL 2da Edici3n - Programaci3n Neurolinguística, el manual de usuario del Cerebro: Manual con Patrones y t3cnicas de PNL (Spanish Edition) El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad est3n en el cerebro (Spanish Edition) 350 Ejercicios - Las Tablas de Multiplicar (Tomo II) - Segundo de Primaria (Colecci3n de Actividades de Tablas de Multiplicar para 2º de Primaria) (Volume 2) (Spanish Edition) El Segundo Imperio. Pasados de usos m3ltiples (Literatura) (Spanish Edition) Capital / Libro segundo. El proceso de circulacion del capital / 4 (Spanish Edition) Atrapa Tu Sueño: Una historia real donde se cumple el sueño de todos, y que nos inspira a conquistar el nuestro. (Spanish Edition) ABC De Animales Salvajes: Abecedario de Animales (ABC nuestro idioma nº 1) (Spanish Edition) Mi Primer Lar. de Nuestro Planeta (Spanish Edition) La biología de la transformaci3n / Spontaneous Evolution: Nuestro futuro positivo (y cómo llegar allí- desde aquí-) / Our Positive Future (Spanish Edition) Tierra de todos: Nuestro momento para crear una naci3n de iguales (Spanish Edition) Tierra de todos: Nuestro momento para crear una naci3n de iguales (Spanish Edition) Economistas, políticos y otros animales: Cómo acabar con las políticas que frenan nuestro progreso (Spanish Edition) Nuestro Nuevo Testamento (Spanish Edition) Nuestro Libro De Oracion Familiar: Negro = Our Family Prayer Book (Spanish Edition) Lo nuestro es Único (Spanish Edition) Alimentos Geneticamente Modificados: Cambiando la Naturaleza de la Naturaleza: Que necesita saber para proteger a usted mismo, a su familia y a nuestro planeta Tierra de Todos [Land of All]: Nuestro momento para crear una naci3n de iguales 44 Apps Inteligentes para Ejercitar su Cerebro: Apps Gratuitas, Juegos, y Herramientas para iPhone, iPad, Google Play, Kindle Fire, Navegadores de Internet, ... Phone, & Apple Watch (Spanish Edition) Cerebro de pan: (Grain Brain) (Spanish Edition)

[Dmca](#)