

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/probowalam-juz-tylu-diet-p-3428.html>



Próbowałam już tylu diet

Cena	29.00 zł
Dostępność	niedostępny online - sprawdź w sklepie stacjonarnym
Numer katalogowy	9788387025939
Kod EAN	9788387025939
Producent	Medium
Autor	Young Robert O., Young Shelley Redford

Opis produktu

Przyczyną większości problemów zdrowotnych są złe nawyki żywieniowe: tradycyjne potrawy nadmiernie zakwaszają nasz organizm i jest to ogromne obciążenie dla metabolizmu komórkowego – twierdzi autor, dr Young, znany amerykański mikrobiolog i biochemik. Zakwaszenie obniża poziom tlenu w komórkach i stwarza korzystne warunki do rozwoju bakterii i mikroorganizmów. Dlatego mamy mało energii i chorujemy. Jeżeli pozostawimy wszystko po staremu, żadna dieta nam nie pomoże.

Książka przystępnie wyjaśnia procesy zachodzące w organizmie człowieka na poziomie komórkowym i wpływ pokarmów na ich przebieg. Przedstawia innowacyjny, oparty na badaniach naukowych i na osobistym doświadczeniu autorów, program osiągnięcia równowagi kwasowo-zasadowej, poczynając od procesu oczyszczania organizmu, a kończąc na poradach dotyczących suplementów żywieniowych i ciekawych przepisach kulinarnych. Autorzy konkretnie wyjaśniają, jakie produkty działają odkwaszająco i w jaki sposób można z nich tworzyć smaczne i urozmaicone potrawy.

Ilustrując swoją teorię żywienia, przytaczają historie ludzi, którzy bezskutecznie stosowali przeróżne modne diety i dopiero gdy skorzystali z tego programu, niejako „cudem” odzyskali zdrowie. To naprawdę fascynujące relacje!

Program „Cud ph” jest już szeroko znany – także w Polsce. Wiele osób na całym świecie stosuje ten program, co pozwala im cieszyć się pełnym zdrowiem fizycznym i psychicznym, energią i wigorem.

ISBN: **9788387025939**

liczba stron: **416**

format: **145x205**

oprawa: **mięka**