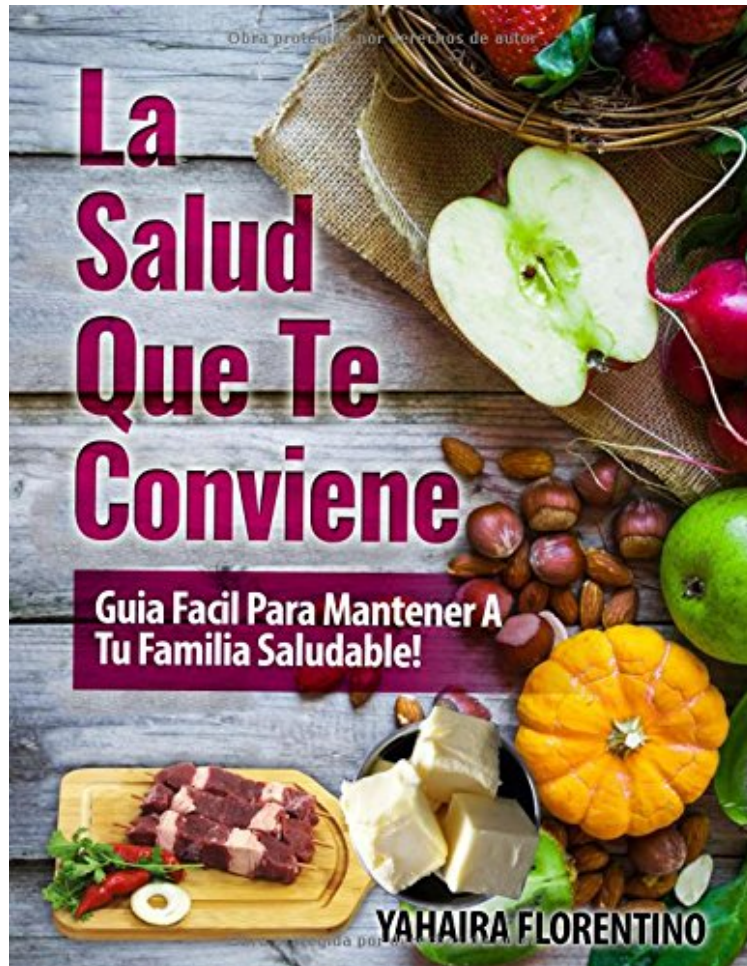


[Free download] La Salud Que Te Conviene!: Gua fcil para mantener a tu familia sana (Spanish Edition)

La Salud Que Te Conviene!: Gua fcil para mantener a tu familia sana (Spanish Edition)

Yahaira Florentino

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



2017-01-15Original language:Spanish 11.00 x .23 x 8.50l, #File Name: 1520218176100 pages | File size: 51.Mb

Yahaira Florentino : La Salud Que Te Conviene!: Gua fcil para mantener a tu familia sana (Spanish Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised La Salud Que Te Conviene!: Gua fcil para mantener a tu familia sana (Spanish Edition):

2 of 2 people found the following review helpful. The truth about modern, processed foods and their healthy alternatives!By Tim EblThis is definitely a refreshing look at the benefits of natural, healthy foods. I'm not a fan of breakfast cereal to start with, but I'm removing it from our house after finishing this book. An amazing collection of information, I hope the author makes an English version so I can get my family to read this!1 of 1 people found the following review helpful. uno de los mejores libros en el mercadoBy CustomerYa sea que usted est tratando de perder peso o comer de una manera ms saludable, es difcil discutir con el concepto bsico de este libro book.This me ayud a

conceptualizar mejor lo que podra comer esta cantidad de frutas y verduras y cosas que ponemos en nuestra bocas son realmente importantes. que el libro era interesante y lleno de buenas, slidas informacin re: salud, alimentos, opciones para la vida - no es una dieta, sino maneras de cambiar su forma de pensar acerca de los alimentos. Estoy totalmente de loove este libro !!!!2 of 2 people found the following review helpful. Muy buen libro!By CustomerMuy buen contenido! el libro es fcil de leer, contiene buena informacin acerca de ingredientes y/o alimentos comunes y sus efectos. Tambin incluye una seccin de meriendas (o postres) saludables

Has querido llevar una vida saludable pero no sabes por dnde empezar ? Quieres bajar de peso sin que te preocupe las calorías? Sabas el balance hormonal depende mucho de la alimentacin ? Sabas la dieta es una trampa? Sabas que comer lo correcto es ms efectivo que hacer ejercicio? Sabas que los chicken nuggets contienen 37 ingredientes la mayora Genticamente modificado? Qu es lo que le da sabor y color a tus meriendas favoritas? Porque el cereal fro es venenoso? Como hacer para tener mas energia? El aceite de canola nos est matando Lo sabias? Porque la margarina es veneno? Cual es el pescado que te conviene segun donde vivas? Te interesa verte mucho ms joven ? Quieres aprender sobre los venenos escondidos que hay en los alimentos y cmo sustituir estos .? La salud que te conviene, te trae eso y ms en un lenguaje simple y motivante para que sepas por dnde empezar a hacer cambios hacia un mejor t permanente y estable. A Veces lo que conviene no es lo que tu doctor o la prensa te dice. Atrvete a investigar ms, y tomar tu salud en tus manos. Este libro es el resultado de investigaciones por ms de 10 aos de estudios, experimentos y vivencias. La cantidad de notas reunidas en estos aos son suficientes para 200 libros ms por eso seguir publicando libros sobre el tema de la salud porque los hispanos no tenemos esas informaciones. En este y los libros siguientes comparto consejos tanto para mejorar nuestro diario vivir como para ayudar a nuestra familia y amistades y esperando que ms de uno se beneficie de tantas horas de estudio y empeo me despido y los invito a que me dejen su opinion en mi email: florentinoy@gmail.com

About the AuthorYahaira Florentino: Creyente de Jesus! madre, hija,esposa, hermana y amiga. Se define a s misma como emprendedora multi-apasionada ya que son varios sus intereses e inspiraciones por esto es que siempre est en ms de un proyecto a la vez, desde negocios, hasta las artes ella siempre esta ocupada y estudiando.