

Guarisci il tuo Apparato Digerente

Dott. John A. McDougall

Gli studi scientifici confermano che un'alimentazione sana e una vita equilibrata sono le basi di un'ottima salute e di una vita lunga e appagante.

John A. McDougall rompe i tabù culturali e illustra con competenza, ma con uno sguardo pieno di umorismo, **come guarire il nostro apparato digerente**. Grazie al suo aiuto possiamo imparare a prevenire e a **curare molti disturbi** intestinali anche cronici.

Ogni patologia viene descritta sia dal punto di vista **fisiologico** e **patologico** sia con le testimonianze dirette di due pazienti, Larry e Louise, che raccontano la loro avventura verso la guarigione. Insieme ai protagonisti scopriamo e apprendiamo importanti studi scientifici presentati con semplicità, oltre a dati e suggerimenti di ogni genere.

Un testo di grande impatto e autorevolezza che ci permette di identificare tante cause alla radice delle disfunzioni digestive, di evitare interventi chirurgici e farmaci costosi e di **assumere il controllo del nostro processo di guarigione**.

Una interessantissimo manuale ricco di informazioni, dati e suggerimenti per:

- Comprendere le funzionalità dell'apparato digerente
- Scoprire le cause alla base di disfunzioni dell'apparato digerente
- Conoscere i batteri utili alla nostra salute
- Evitare interventi chirurgici e cure farmacologiche, spesso costose se non dannose
- Scoprire e comandare il tuo percorso di guarigione

Vignette e disegni accompagnano con grande ironia tutto il testo

Introduzione - Guarisci il tuo Apparato Digerente - Libro del Dott. McDougall

Sto per fare un'affermazione che vi sorprenderà. Potreste perfino dubitare della sua validità, in un primo momento. Benché sia perfettamente logico, ciò che sto per dirvi è stato nascosto dalle argomentazioni di chi ha troppo da perdere dall'affermazione della verità.

E la verità è questa: **il cibo che immettete nel vostro organismo è l'unico, il più potente fattore che determina il vostro stato di salute e la vostra condizione di benessere.**

Come posso fare un'affermazione come questa? La risposta sarà ben presto evidente.

Da: http://www.macrolibrarsi.it/libri/__guarisci-il-tuo-apparato-digerente-libro.php