

image not found or type unknown



La dieta de los dos días

Michelle Harvie, Tony Howell

Fecha de publicación:

09/01/2014

La dieta con más seguidores en todo el mundo

Sello Editorial:

Ediciones Martínez Roca

La dieta con más seguidores en todo el mundo

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: INTERNACIONAL Eduardo Martín

Teléfono: 93 492 89 06

Email: emartines@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: INTERNACIONAL Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email: pjimenezl@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

La dieta de los dos días es un método revolucionario y clínicamente probado con el que podrás alcanzar tu peso ideal. Lo único que tienes que hacer es seguir esta dieta durante dos días a la semana y comer normalmente durante los otros cinco. Es así de sencilla, además de nutricionalmente equilibrada y saludable.

Diseñada por los doctores Michelle Harvie y Tony Howell tras años de investigación, *La dieta de los dos días* es mucho más eficaz que las dietas continuas, y mientras adelgazas descubrirás los numerosos y probados beneficios para la salud que están relacionados con ella: reduce el riesgo de contraer cáncer; disminuye la presión arterial elevada; posee un efecto antienvjecimiento y mejora el bienestar, el estado de ánimo y los niveles de energía.

Además, es una dieta fácil de seguir y con diversos planificadores de comidas y cien deliciosas recetas que te ayudarán a no apartarte de tu camino.

Por fin puedes disfrutar de la comida y dejar de preocuparte de tu peso para siempre.

image not found or type unknown



Michelle Harvie

La doctora **Michelle Harvie** es una dietista investigadora que ha recibido numerosos premios. A lo largo de los últimos diecisiete años se ha especializado en diseñar métodos basados en una dieta óptima y en la práctica de ejercicios físicos que permitan perder peso y prevenir el cáncer de mama y su recurrencia.

Sus descubrimientos se han divulgado en muchas publicaciones científicas de prestigio. En 2005 fue galardonada con el Premio Rose Simmonds, de la Asociación Dietética Británica, por la publicación de sus investigaciones en el campo de la dietética. En 2007 recibió el Premio del Día Internacional de la Mujer, concedido por el Ayuntamiento de Manchester, y en 2010 obtuvo el Premio al Mejor Caso Práctico sobre la Obesidad por la publicación de sus investigaciones en esa materia.



Tony Howell

Tony Howell es profesor de Oncología Médica en la Universidad de Mánchester. Desde hace treinta años es especialista en el tratamiento del cáncer de mama y actualmente se ha concentrado en la adopción de una serie de medidas farmacológicas y de un estilo de vida que permitan prevenir el cáncer de mama. Es director de investigaciones del Centro Génesis para la Prevención del Cáncer de Mama y ha publicado más de seiscientos artículos científicos y libros, principalmente relacionados con la biología del pecho y el tratamiento y la prevención del cáncer de mama.