

image not found or type unknown



El fin de las dietas

Dra. Paloma Gil

Fecha de publicación:

30/05/2017

Todo lo que necesitas saber para comer de forma equilibrada y despedirte de las dietas para siempre.

Sello Editorial:

Libros Cúpula

Los beneficios que te aporta un estilo de vida saludable son innumerables y nunca es tarde para empezar a cuidarse. *El fin de las dietas* te enseña cómo funcionan tu cuerpo y tu mente, las propiedades de los alimentos y cuál es la razón por la que tienes sobrepeso. No hay dietas milagro ni atajos para lograrlo: una vida saludable es posible y necesaria, y está en tus manos ponerla en práctica.

Contacto de prensa

Nombre: Lola Escudero

Teléfono: 91 423 37 11

Email:

lescudero@planeta.es

Dra. Paloma Gil