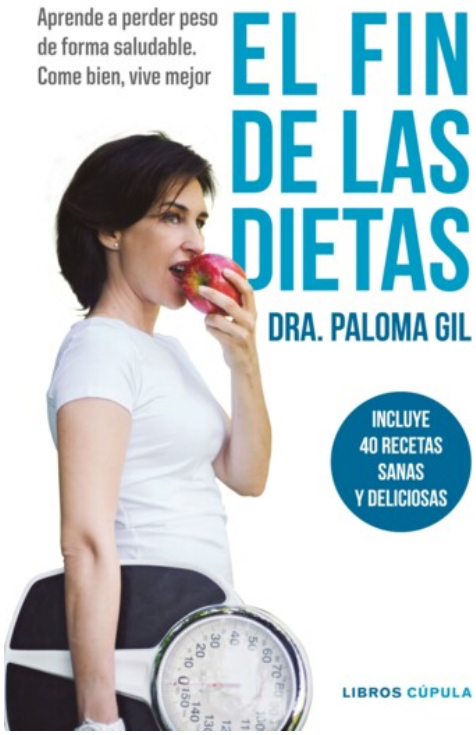


El fin de las dietas

Dra. Paloma Gil

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

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.

Fecha de publicación:
26/09/2017

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Telefóno: 934928895

Email: etorras@planeta.es

Dra. Paloma Gil