

image not found or type unknown



Atención con la inflamación

Dra. Gabriela Pocoví Gerardino

Fecha de publicación:
11/01/2023

La guía definitiva para combatir la inflamación crónica y reforzar nuestro sistema inmune a través de la alimentación.

Sello Editorial:
Zenith

No puedes cambiar tus genes, pero si cuidas tus intestinos y tu sistema inmune puedes cambiar tu vida.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Migrañas, alergias, problemas de tiroides y de hormonas, gastritis, intestino irritable, enfermedades autoinmunes, sobrepeso por más dietas que hagas, acné, eccemas, vientre hinchado, estreñimiento, retención de líquidos, dolores musculares y articulares, baja energía... este es solo el comienzo de una lista de enfermedades y condiciones que pueden estar vinculadas a **un sistema inmunitario que te esté gritando: ¡estamos inflamados!**

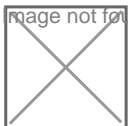
Teléfono: 93 492 86 33

El sistema inmunitario es el encargado de controlar la inflamación crónica, responsable de muchas de las enfermedades de la vida moderna y la culpable de que, a veces, te encuentres mal sin saber por qué. Reconocer que podemos sufrir de inflamación crónica, y saber cómo combatirla a través de una alimentación y estilo de vida antiinflamatorio, puede ayudarnos a **mejorar notablemente nuestra calidad de vida.**

Email:
pcordon@planeta.es

En este libro, la Dra. Gabriela Pocovi, especialista en el estudio del impacto que tiene la alimentación en nuestro sistema inmunitario, te enseñará a tomar medidas claves para reforzarlo, combatir la inflamación y recuperar tu salud, partiendo del cuidado del intestino y su microbiota.

image not found or type unknown



Dra. Gabriela Pocoví Gerardino

Gabriela Pocovi es Doctora en Medicina y Salud Pública por la Universidad de Granada y Nutricionista-Dietista graduada en la Universidad Central de Venezuela. Apasionada del estudio del cuerpo y de la mente humana, tiene un Máster en Inmunología Celular y Molecular por la Universidad de Granada y diversos cursos y diplomados en Salud Holística e Integrativa, Coaching y Crecimiento personal.

Trabaja desde hace más de diez años en el área de la inmunonutrición, en la salud holística y como *lifecoaching* de personas que padecen problemas digestivos, hormonales y autoinmunes. También dedica gran parte de su tiempo a la investigación y a la docencia, cuenta con varias publicaciones científicas en revistas de prestigio y, además, se dedica a la divulgación en redes sociales.

@nutrigaby

www.nutrigaby.com