



Cocina que cura

Alivia y prevén enfermedades con los alimentos adecuados

Dra. Vidales

LIBROS CÚPULA

Fecha de publicación:

12/06/2012

Sello Editorial:

Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Teléfono: 934928895

Email: etorras@planeta.es

Cocina que cura

Dra. Vidales

Descubre qué alimentos son más adecuados para tu organismo

¿Sabías que una molesta caries puede prevenirse con una hortaliza? ¿O que un zumo de determinadas frutas puede ser el remedio más eficaz para combatir una alergia primaveral? ¿Quieres saber qué plato es el más indicado para aliviar esa molesta acidez de estómago? ¿Conoces las propiedades del ajo como potenciador sexual?

En este libro, la doctora Vidales, especialista en nutrición y colaboradora en diferentes programas de televisión, te invita a adentrarte en el mundo de la nutrición práctica: alimentos y recetas fáciles y caseras para aliviar y prevenir enfermedades. Además, gracias a esta obra:

- Conocerás alimentos cotidianos de la dieta mediterránea con un alto poder curativo
- Aprenderás por qué los olores de los alimentos se relacionan tan directamente con los recuerdos
- Averiguarás de qué manera tu grupo sanguíneo puede determinar tu forma de alimentación
- Sabrás cómo una simple muestra de saliva puede darte valiosa información sobre tu cuerpo, como si tienes tendencia a la obesidad o a tener problemas cardíacos en el futuro
- Descubrirás el caldo curativo de la familia de la Dra. Vidales, un secreto celosamente guardado hasta hoy



Dra. Vidales

La doctora **Conchita Vidales** es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Complutense de Madrid, especialista en Nutrigenética y Medicina Estética. También es miembro de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología Médica de Madrid, especialista en trastornos del comportamiento alimentario y experta en Mindfulness por la Universidad de La Salle.

A lo largo de su extensa carrera profesional ha ejercido como directora de nutrición en diferentes aseguradores de clínicas privadas y ha participado en numerosos congresos y seminarios. Actualmente es directora del área de Nutrigenómica de la Clínica Demya (Martín del Yerro | Amselem) en Madrid. Es colaboradora habitual en publicaciones relacionadas con la Medicina y la Nutrición, así como en programas de TV y Radio. Es activista voluntaria en la Hospitalidad de Nuestra Señora de Lourdes y col-labora con la asociación MAT4 ÁFRICA como médico general en Ghana y Sierra Leona.

Junto con Paloma Gómez Borrero y María Blasa Gómez- Arroyo es coautora de otros dos libros: *Cocina sin sal* y *Nutrición infantil*. En Libros Cúpula ha publicado también *Superalimentos para los niños*, *Lo mío no es hambre, es ansiedad*, *Cocina que cura*, *Zumoterapia*, *La digestión perfecta*, *Activa tu metabolismo para cambiar tu vida* y *Verde que te quiero verde*.