



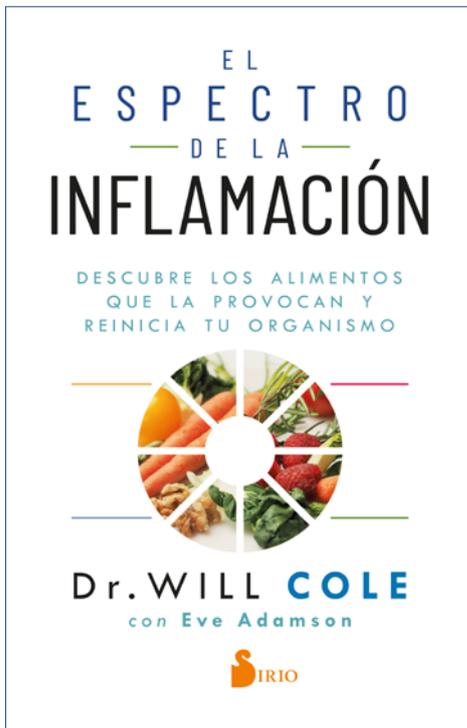
# PLAN PERSONALIZADO PARA ACABAR CON LA INFLAMACIÓN DEL ORGANISMO



## El autor

El **Dr. Will Cole** ha sido nombrado uno de los 50 mejores médicos funcionales e integrales de EE.UU. Está especializado en la investigación clínica de los factores subyacentes de las enfermedades crónicas y en el diseño de programas personalizados de salud para problemas de tiroides, enfermedades autoinmunes, disfunciones hormonales, trastornos digestivos y problemas cerebrales. Su compromiso es encontrar las causas de la enfermedad en lugar de tratar los síntomas con medicamentos. Su enfoque consiste en promover la salud y el funcionamiento óptimos mediante métodos naturales no invasivos como la terapia nutricional, las hierbas, los suplementos, las técnicas de gestión del estrés y los cambios en el estilo de vida.

[www.drwillcole.com](http://www.drwillcole.com)



Título: *El espectro de la inflamación*

Subtítulo: *Descubre los alimentos que la provocan y reinicia tu organismo*

Autores: Dr. Will Cole y Eve Adamson.

P. sin IVA: 12,98 €

PVP: 13,50 €

Tamaño: 15 x 23 cm

Nº págs: 356

THEMA: VFMD

BISAC: HEA047000

Encuadernación: Rústica

Categoría: A

ISBN: 9788418531415

## CLAVES DE VENTA

- ✓ Obra fundamental sobre tendencias en **alimentación y salud**.
- ✓ La **inflamación del organismo** es la raíz de la mayoría de las enfermedades crónicas que padecemos en la sociedad moderna.
- ✓ Idea novedosa de este libro: la inflamación no es un punto fijo, es un continuo y cada individuo se encuentra en un punto de ese espectro. Con este libro podrá aplicar un **plan personalizado** que funciona.
- ✓ Lectura **clara y amena** llena de consejos prácticos.



## TAGS

ACIDEZ // ENFERMEDAD // AUTOINMUNE // DIETA BIENESTAR // AYUNO // ELIMINACIÓN // FATIGA CANSANCIO // PÉRDIDA DE PESO // KETO // CÁNCER ALCALINO // DIETA BASAL // SALUD // ALIMENTACIÓN

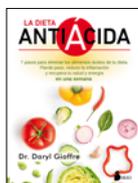


9 788418 531415

## Sinopsis

En el nuevo libro —revolucionario y esperanzador— del doctor Will Cole, los lectores descubrirán que la inflamación es el denominador común de los problemas de salud más habituales. Su campo de influencia abarca todo un espectro que va desde los síntomas leves como el aumento de peso y la fatiga, en un extremo, hasta el desequilibrio hormonal y las enfermedades autoinmunes en el otro. Cada comida influye en cómo te sientes (no solo físicamente). Cada alimento que ingieres está estimulando la inflamación o combatiéndola. *Solo tú eres tú*, tu organismo es único e irrepetible, por ello no hay reglas generales e inflexibles en cuanto a lo que conviene o no conviene comer; los alimentos recomendables para otra persona pueden no ser adecuados para ti. En el fondo, y ese es precisamente el mensaje esencial de este libro, la clave está en aprender a amar tu cuerpo lo suficiente como para nutrirlo con deliciosos alimentos curativos. Y para que lo consigas, el doctor Cole te ofrece cuestionarios esclarecedores y consejos de empoderamiento que te conducirán, de una vez por todas, al camino correcto hacia la sabiduría corporal y la salud plena.

## Libros relacionados:



9 788418 000287



9 788418 000386



9 788418 579983