

The book was found

El Poder Del Metabolismo (Spanish Edition)



Synopsis

En un mundo de controversias en el tema de la obesidad, El Poder del Metabolismo registra las tecnicas y factores que ayudan a recuperar el metabolismo, basadas en EXPERIENCIA Y OBSERVACIONES de lo que ha funcionado en mas de 13,000 personas. Las tecnicas para bajar de peso de forma natural vienen descritas en este Best-Seller de Puerto Rico. Los temas incluyen una dieta con la que se puede vivir, por que las grasas no son las culpables de la obesidad, la diferencia entre bajar de peso y adelgazar, los alimentos que son fuentes de energia para el metabolismo, el hongo candida albicans, entro otros. El libro define las causas y soluciones al problema del metabolismo lento que tiene algunos haciendo "dieta de por vida" mientras otros son "flacos" coman lo que coman. Por lo tanto se concluye que bajar de peso no tiene que ver solo con lo que usted come. El autor, un especialista en obesidad y metabolismo, ha incluido recomendaciones especiales para personas con diabetes o hipotiroidismo.

Book Information

File Size: 5446 KB

Print Length: 386 pages

Publisher: Metabolic Press; 2 edition (November 11, 2008)

Publication Date: November 11, 2008

Sold by:Â Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B002IC1FM0

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #44,808 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #7 inÂ Books > Libros en espaÃfÂ ol > Salud, mente y cuerpo > Dietas y Perdida de Peso #8 inÂ Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Salud y Familia #8 inÂ Books > Libros en espaÃfÂ ol > Salud, mente y cuerpo > NutriciÃfÂ n

Customer Reviews

el libro es muy interesante y tiene palabras simples para entender el problema de obesidad.definitivamente este libro es recomendable siempre que se recuerde el ejercicio y como el libro recomienda tratar de comer las alternativas mas saludables en cada grupo.Mi exito mas grande ha sido controlar el hambre y los cravings de una manera en que puedo manejarlos. tengo

20 años de experiencia como farmacéutica trabajando para diabéticos. Este libro tiene más lógica que todo lo que hemos estado diciendo a los pacientes desde el punto de vista médico. Mi población es controlada y por 20 años conozco pacientes que engordan y engordan y cada vez toman más y más medicamentos. Esto a pesar de que la clínica es agresiva en cuidado comprensivo y educación con nutricionistas. Yo sabía que algo andaba mal pues el rate of success de nuestros pacientes es sumamente pobre para todo el esfuerzo médico que se les provee. Yo soy diabética y por un año he batallado pues no quiero tomar medicamentos, y ahora ya he rebajado unas 6 libras en unos 12 días y todavía no he terminado el libro. Solo hago ejercicio por 30 min al día, llegando a mi "goal heart rate" light to moderate (caminar). En mi reciente viaje a Puerto Rico conocí personas que han tenido un gran éxito con este sistema. Todavía tengo un par de "concerns" pues no entiendo cómo incorporar las frutas y me preocupa el colesterol. Por ahora estoy usando el glucometro para verificar esta teoría y si funciona. Excepto que en KFC la ensalada cole slaw no es slimming como el libro estipula. Voy a continuar el proceso y a terminar el libro. Llame a la clínica y ellos ofrecen respuestas. Le voy a pedir a mi médico que mida mi colesterol y A1c para tener una idea del impacto en mi salud.

[Download to continue reading...](#)

Diabetes Sin Problemas- El Control de la Diabetes con la Ayuda del Poder del Metabolismo Nueva VersiÃfÂ n Abreviada Deluxe- Incluye Enlace a VÃfÂ- deos. (Spanish Edition) DIABETES SIN PROBLEMAS: El Control de la Diabetes con la Ayuda del Poder del Metabolismo (Spanish Edition) El Poder del Metabolismo (Spanish Edition) BiografÃfÂ- a del Poder, 2 : Francisco I. Madero, mÃfÂ- stico de la libertad (Biografia del Poder) (Spanish Edition) BiografÃfÂ- a del poder, 4 : Francisco Villa, entre el ÃfÂ- ngel y el fierro (Biografia del Poder) (Spanish Edition) Las recetas de la dieta del metabolismo acelerado (Spanish Edition) La dieta del metabolismo acelerado: Come mÃfÂ- s, pierde mÃfÂ- s (Spanish Edition) El poder curativo de la mente: TÃfÂ- cnicas prÃfÂ- cticas para gozar de buena salud y aumentar el poder mental (Spanish Edition) Manual de endocrinologÃfÂ- a y metabolismo (Spanish Edition) AlimentaciÃfÂ n, nutriciÃfÂ n, hidrataciÃfÂ n y ejercicio fÃfÂ- sico (Este capÃfÂ- tulo pertenece al libro Dietoterapia, nutriciÃfÂ n clÃfÂ- nica y metabolismo): 1 (Spanish Edition) AlimentaciÃfÂ n Turbo para activar el metabolismo mas rebelde: programa de 21 dias para bajar de peso y medidas (Spanish Edition) Come grasa y adelgaza: Por quÃfÂ- la grasa que comemos es la clave para acelerar el metabolismo / Eat Fat, Get Thin (Spanish Edition) Yo Soy / I Am: Breviario del iniciado y poder del mago / Brief Summary of the Start and the Magician Power (Horus) (Spanish Edition) Del Agua y del Viento: Flor del Agua y Flor del Viento (Spanish Edition) El poder del ahora: The Power of Now Spanish (Spanish Edition) Poder

sin límites: La nueva ciencia del desarrollo personal (Spanish Edition) El poder del ahora: Un camino hacia la realización espiritual (Spanish Edition) EL PODER DEL ENCUADRE: COMPOSICIÓN Y ESTRUCTURA DE LA IMAGEN (IMAGEN FORMAL N.º 5) (Spanish Edition) En el poder y en la enfermedad (El Ojo del Tiempo) (Spanish Edition) Biografía del poder, 5 : Venustiano Carranza, puente entre siglos (Tezontle) (Spanish Edition)

[Dmca](#)