

Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/dobry-tluszcz-dr-joseph-mercola-p-603.html>



Dobry Tłuszcz - Dr Joseph Mercola

Cena	39,90 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	victorel_4158
Kod EAN	9788366074859

Opis produktu

Dobry Tłuszcz

Autor: Dr Joseph Mercola

Książka, która bezlitośnie obala mity na temat tłuszczu, diety i zdrowego stylu życia!

Wyobraź sobie, że zamiast obsesyjnie unikać tłuszczu - jesz je, chudniesz, pozbywasz się przewlekłych chorób i odzyskujesz pełnię zdrowia. To przyszłość medycyny naturalnej, która już teraz jest w zasięgu twojej ręki!

Joseph Mercola ujawnia rewolucyjną teorię, która podważa fundamenty współczesnej diety. Musisz przestać liczyć kalorie i katować się dietami opartymi na beztłuszczowych posiłkach. Kluczem do zachowania zdrowia jest dostarczenie organizmowi dobrego paliwa, które przyspiesza metabolizm i oczyszczanie z toksyn.

Z przełomowej książki doktora Mercoli dowiesz się:

- jak dużo i jakich tłuszczu powinieneś jeść,
- co jest zdrowsze: masło i smalec czy chleb,
- jak zmienić swoje odżywianie, by efektywnie i zdrowo schudnąć,
- jaki rodzaj ruchu jest dla Ciebie najzdrowszy,
- jak dzięki diecie tłuszczowej i Mitochondrialnej Terapii Metabolicznej odzyskać zdrowie.

Przejmij kontrolę nad swoim zdrowiem już dziś!

„Každá stránka tejto knihy je esencja autentycznej pasji autora w dziedzinie optymalizacji zdrowia człowieka za pomocą diety”.

- Travis Christofferson, autor książki „Tripping over the Truth: How the Metabolic Theory of Cancer Is Overturning One of Medicine’s Most Entrenched Paradigms”

„Ta przełomowa praca pozwala nie tylko dogłębnie zrozumieć, dlaczego wybór tłuszczu jako głównego źródła energii ma ścisły związek ze stanem zdrowia i odpornością na choroby, ale również informuje, jak wprowadzić tę niezwykle ważną zmianę. Ludzkość ucierpiała na zdrowiu w skali globalnej wskutek zaleceń żywieniowych inspirowanych interesami przemysłu spożywczego. Doktor Mercola, opierając się na wynikach badań naukowych, obala status quo i z właściwą sobie delikatnością umożliwia czytelnikom powrót do optymalnego stanu zdrowia”.

- David Perlmutter, M.D., neurolog oraz autor bestsellerów „New York Timesa” „Zbożowa głowa” i „The Grain Brain Whole Life Plan”

„Kopalnia praktycznej, podpartej dowodami naukowymi wiedzy przeznaczonej dla klinicystów i laików. Książka ta, wobec tak wielu sprzecznych informacji w branży dietetycznej, jest jak latarnia morska, zarówno dla lekarzy - rozpoczynających praktykę i doświadczonych - jak i wszystkich osób pragnących uniknąć potrzeby korzystania z ich usług”.

- lek. med. Zach Bush, specjalista endokrynolog

- Tytuł: **Dobry tłuszcz**
- Autor: [Joseph Mercola](#)
- [Wydawnictwo Vivante](#)
- Oprawa: **Miękka**
- Rok wydania: **2018**
- Ilość stron: **380**
- Format: **135 x 205 mm**
- Stan: **nowy, pełnowartościowy produkt**
- Model: **9788366074859**
- Język: **polski**
- Oryginalny tytuł: **Fat for fuel. A Revolutionary Diet to Combat Cancer, Boost Brain Power, and Increase Your Energy**
- Tłumacz: **Poznański Juliusz**
- Nr wydania: **1**
- ISBN: **9788366074859**
- EAN: **9788366074859**
- Wymiary: **16.5x23.5x2.6 cm**