

Alcalino vs Ácido: Tips para adelgazar y retardar el envejecimiento prematuro (Wellness and Fitness Mastery Series nº 2)



Fecha de publicación: 27 mayo, 2016

Editor: Berenice Suárez

Autor: Berenice Suárez

Longitud de impresión: 120

Idioma: Español

PDF

*****Hemos descontado el precio del libro por los próximos 5 días durante nuestra campaña de lanzamiento. Adquiere tu copia ahora antes que el libro suba a su precio regular de \$4.99

Hoy en día con el estilo de vida tan acelerado es difícil mantener una nutrición balanceada. Factores como la alimentación, el estrés, el medio ambiente, la actividad física, entre otros, pueden desbalancear el pH de nuestro cuerpo, volviéndolo más ácido o enfermo. Este efecto

degenerativo de nuestro sistema inmunológico promueve el crecimiento de toxinas que eventualmente generan condiciones crónicas mortales.

Te has cuestionado, ¿Por qué se te hace difícil alimentarte saludable y dejar de padecer de esos problemas digestivos? ¿Por qué después de probar tantas dietas y programas de ejercicios te sientes sin vigor y bienestar? ¿De qué vale estar en forma si cada día que pasa te sientes más viejo (a)? Por más que tratas, no puedes dormir ni descansar y para colmo, te levantas de mal genio. ¿Por qué tienes que privarte de las comidas que más te gustan, si ya haces ejercicios y sigues una dieta para rebajar esas libritas de más?

Ahora, quiero que reflexiones por un momento con esta pregunta que te voy a hacer: Si existen tantos programas y dietas excelentes para el control de peso, ¿Cómo te explicas que la obesidad sigue en ascenso a nivel mundial y es la causante de las principales condiciones de salud, como: la artritis, el sobrepeso, la diabetes, el colesterol, el cáncer y las condiciones cardíacas?

Como entrenadora personal y Senior Fitness Specialist, me he dedicado a estudiar los cambios fisiológicos que padecemos cuando alcanzamos los famosos 40, 50, 60.... Este libro es una guía que ayuda a entender el proceso de cómo funciona nuestro cuerpo y cómo puedes mantenerte funcional en tus actividades básicas del diario vivir.

DESAFORTUNADAMENTE....la industria de la salud es una industria billonaria enfocada en el área de la enfermedad. La mayoría de las compañías y personas envueltas en esta industria tienen intereses económicos y les conviene mantenerte enfermo o en la dependencia de un producto. En este libro te voy a esclarecer brevemente cómo funciona el sistema para que dejes de ser una víctima más y tomes control de tu vida.

Si estás dispuesto (a) a enrollarte las mangas, a educarte y comprometerte con tu nutrición y estado físico, podrás tener una nutrición balanceada sin dietas y programas radicales. En otras palabras, si sigues las recomendaciones que te ofrezco en “ Alcalino vs Ácido ” y haces cambios pequeños y permanentes cambiarás a un estilo de vida que te ayudará a retrasar el proceso de envejecimiento prematuro basado en tus metas y necesidades individuales.

En este libro vas a aprender:

- Cómo trabaja el pH del cuerpo y reconocer cuándo tu cuerpo está Alcalino o Ácido.
- Cómo la cultura y el estilo de vida determinan en que te convertirás.
- Cómo alimentarte correctamente sin dietas y programas radicales.
 - Conocer los elementos claves para combatir la acidez.
- Cómo adelgazar y mantenerte en forma permanentemente.

- Cómo retardar el proceso de envejecimiento prematuro.

¡Disfrútalo y luego me cuentas!

Así que desplázate hacia arriba de la página y haz clic en el “ botón de compra ” o “ Click Buy Now ” para que tomes control de tu nutrición AHORA.

<http://yep.pm/TnVFTMHd5/MzoLJdxzk.pdf.rar>