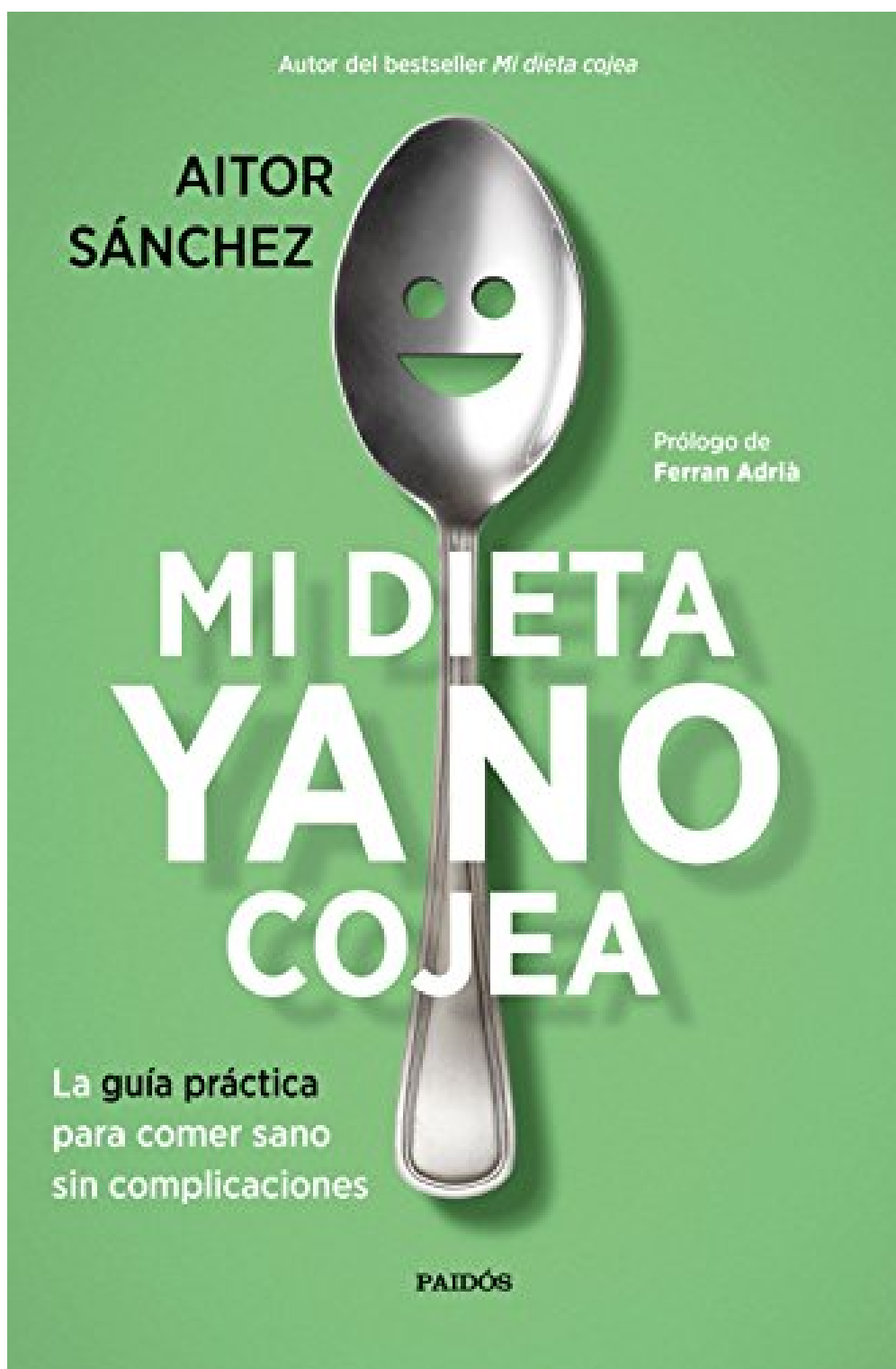


Mi dieta ya no cojea: La guía práctica para comer sano sin complicaciones (Divulgación-Autoayuda)



Fecha de publicación: 20 marzo, 2018

Editor: Ediciones Paidós

Autor: Aitor Sánchez García

Longitud de impresión: 272

Alimentarse de forma correcta es muy complicado, más aun teniendo en cuenta que vivimos rodeados de mitos y pequeños engaños relacionados con la nutrición que lo convierten en una tarea más ardua si cabe. En Mi dieta cojea, Aitor Sánchez nos demostró que desmontar estos mitos no es tan difícil y que dejar de comer tan mal como lo hacemos es posible. Pero ¿cómo?

<https://k2s.cc/file/c9b89718f60a9/0mvOX070b.pdf.rar>