

## Aprende A Comer Y A Controlar Tu Peso (Vivir Mejor)



Fecha de publicación: 12 enero, 2016

Editor: Booket

Autor: Dr. Antonio Escribano

Longitud de impresión: 208

Idioma: Español

PDF

¿Sabías que la ración de carne ideal debe ser el equivalente a la palma de nuestra mano?  
¿Que la manzana es la joya de entre todas las frutas? ¿Que el hambre está en el cerebro y no  
en el estómago?El doctor Escribano nos enseña a comer de forma sana.

<https://k2s.cc/file/0c6d9c1c7c955/dMnee3gQT.pdf.rar>

