



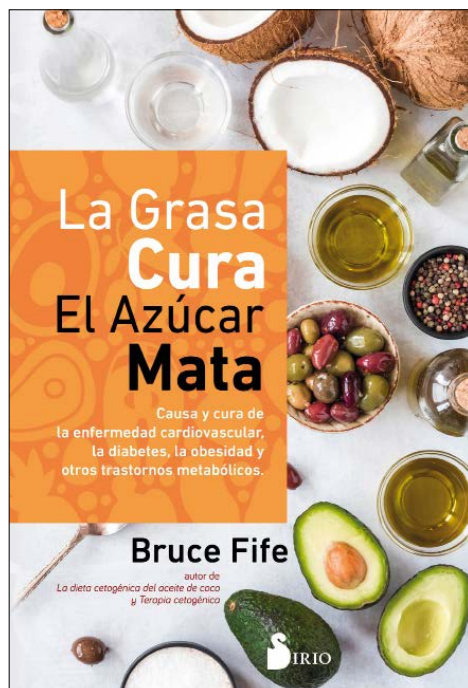
LAS GRASAS SON UN NUTRIENTE ESENCIAL, DESCUBRE SUS BENEFICIOS



El autor

El doctor **Bruce Fife** es médico naturópata y nutricionista. Ha escrito más de veinte libros sobre estas temáticas y es el presidente del **Coconut Research Center**, organización sin ánimo de lucro para formar al público de la comunidad médica sobre los aspectos nutritivos del coco y otros alimentos relacionados. Es también editor de **Healthy Ways Newsletter** y está considerado uno de los mayores expertos del mundo en el tema de las grasas y aceites dietéticos. Otras obras suyas son: *El milagro del aceite de coco*, *El coco cura*, *Oil Pulling*, *Cómo curar la artritis*, *Vencer al autismo*, *Alto al Alzheimer*, *La dieta cetogénica del coco*, *Alto a la pérdida de visión*, *Terapia cetogénica* y *El engaño de los edulcorantes con estevia*. Para más información:

www.coconutresearchcenter.org



Título: *La grasa cura, el azúcar mata.*

Subtítulo: *Causa y cura de la enfermedad cardiovascular, la diabetes, la obesidad y otros trastornos metabólicos.*

Autor: Bruce Fife.

P. sin IVA: 13,94€

Tamaño: 15 x 23 cm

THEMA: VFMD

Encuadernación: Rústica

ISBN: 9788418531033

PVP: 14,50€

Nº págs: 360

BISAC: HEA048000

Categoría: B

CLAVES DE VENTA

- ✓ Bruce Fife ha vendido miles de libros, de más de 20 títulos y es una **autoridad** en la defensa de las grasas saludables.
- ✓ Fife es un **pionero** y es muy **crítico** con la industria y su manipulación de la opinión pública.
- ✓ En la línea de **Jason Fung** explica los beneficios de una dieta rica en **grasas saludables**.

TAGS

DIETA // KETO // CETOGENICA // AYUNO // DETOX
ADELGAZAR // DIABETES // METABOLISMO CÁNCER
INSULINA // DEPORTE // CALORÍAS
SALUD // CARBOHIDRATOS // LOWCARB // PALEO
VEGAN // HIDRATOS DE CARBONO // GLUTEN
ALIMENTACIÓN // ALZHEIMER // CARDIOVASCULAR
AZÚCAR // GRASA // LCHF

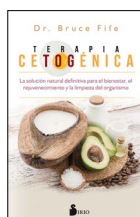


9 788418 531033

Sinopsis

¿Qué hemos conseguido tras cuatro décadas siguiendo una dieta baja en grasa? ¡Estar más gordos y más enfermos! La obesidad ha alcanzado su punto álgido en nuestra sociedad y las enfermedades degenerativas como la diabetes, el alzhéimer, la artritis, la fibromialgia o el asma han llegado a proporciones epidémicas. El enfoque bajo en grasas para mejorar la salud ha sido un rotundo fracaso. Cada vez más investigaciones demuestran que una dieta baja en carbohidratos y alta en grasas saludables puede equilibrar el azúcar en la sangre, estabilizar los niveles de colesterol, reducir la presión arterial, eliminar el exceso de grasa corporal, incrementar los niveles de energía, equilibrar las hormonas, fortalecer el corazón, mejorar la microbiota intestinal, aumentar la inmunidad y mucho más. Bruce Fife, autor de numerosas obras pioneras sobre los beneficios de las grasas saludables, denuncia, una vez más, cómo la industria del azúcar ha influenciado a la ciencia y a la opinión pública para demonizar a estos nutrientes esenciales. Descubre con este libro por qué las grasas son un alimento saludable y cómo pueden ayudarte a llevar una vida más sana.

Libros relacionados:



9 788417 399023



9 788416 579933



9 788417 030056