



EDITORIAL
SIRIO

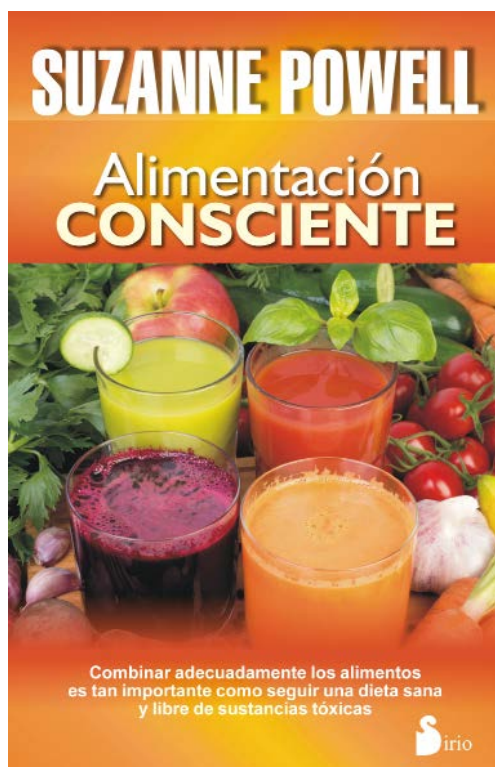
REIMPRESIÓN OCTUBRE 2019
ALIMENTACIÓN / SUZANNE POWELL

CLAVES PARA UNA DIETA DETOX, ALCALINIZANTE Y LIBRE DE TÓXICOS



La autora

Suzanne Powell es autora de libros de autoayuda, instructora de cursos Zen y prolífica conferenciante. Nació en Irlanda pero vive en España. Tras terminar su carrera universitaria en Belfast dejó su tierra para *ganarse una nueva vida*. Con un pronóstico médico nada favorable decidió seguir su corazón con la certeza de que le esperaba un milagro y así fue. Es presidenta de la Fundación Zen Servicio con Amor, una organización sin ánimo de lucro que busca facilitar una educación holística. www.suzannepowell.es



Título: Alimentación Consciente
Autora: Suzanne Powell
PVP: 10€ / P. sin IVA: 9,62€
Tamaño: 13,5 x 21 cm
IBIC (Materia): VFMD
BISAC: HEA048000
Encuadernación: Rústica

Nº págs: 168
ISBN: 9788478089482

CLAVES DE VENTA

- ✓ La autora ha vendido más de **120.000** copias de sus diferentes libros.
- ✓ Referente en la llamada literatura de la **New Age**, Suzanne Powell cuenta con más de **42.400 seguidores** en Facebook y casi **7.000** en Twitter.
- ✓ El **mindful eating** es la última tendencia en alimentación saludable. La autora aporta además, recomendaciones para alcanzar tu cuerpo y lograr una desintoxicación continuada en el tiempo.
- ✓ Existe libro complementario de recetas.



TAGS

MINDFUL EATING // ALIMENTACIÓN CONSCIENTE
SUZANNE POWELL DETOX // ALCALINIZACIÓN

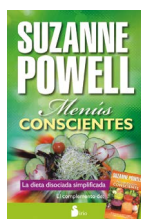


9 788478 089482

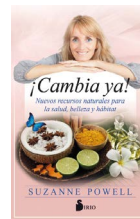
Sinopsis

Con su estilo claro y desenfadado, Suzanne Powell nos introduce en el mundo de la alimentación consciente, mostrándonos lo que conviene comer y lo que debemos evitar. Nos dice cómo seguir una dieta equilibrada y divertida, una dieta que pueda adaptarse a la casa, al trabajo, a la playa y a los viajes. Lo importante es adquirir buenos hábitos, sanos y placenteros; alimentarnos sin sufrir, sin sentirnos a dieta y sin llamar la atención socialmente. Nos dice que tan importante o más que elegir alimentos saludables es combinarlos adecuadamente. Una dieta ecológica pero mal combinada puede causar muchas molestias y problemas de salud, mientras que si combinamos correctamente los alimentos tendremos una buena digestión, una correcta asimilación, una adecuada evacuación intestinal y una desintoxicación continuada. Además, alcalinizaremos el organismo y evitaremos la inflamación, el dolor y las enfermedades degenerativas. Un tesoro de información sencilla y práctica, que no solo puede salvarte la vida sino que además la puede hacer mucho más feliz.

Libros relacionados:



9 788416 233120



9 788417 399320



9 788478 088744