



LA MORINGA

La autora

Camila Rowlands llevaba una vida feliz en la gran ciudad y su trabajo le resultaba estimulante. Un inesperado accidente le hizo renunciar a su empleo e instalarse en mitad de la naturaleza, entre el monte y el mar. Y allí, sin buscarla, encontró su pasión definitiva: lo que ella llama «el inmenso dispensario verde». Hoy, tras varios años de trabajo de campo en lo relativo a la alimentación consciente, Camila se dedica a compartir las maravillas que ha ido descubriendo y experimentando de la gran sanadora: la madre Naturaleza.



TÍTULO: La Moringa Nº PÁGS: 120
AUTOR: Camila Rowlands RÚSTICA
PVP: 9,95 € 13,5 x 21 cm
P. SIN IVA: 9,57 € MATERIA: VXH
ILUSTRADO A COLOR ISBN: 9788416579334



Descripción

La moringa es una de las plantas comestibles más poderosas del planeta. Tiene todos los nutrientes que el cuerpo humano necesita para sobrevivir, el contenido de sus hojas es pura proteína, tiene más calcio que la leche de vaca, más vitamina A que la zanahoria, más vitamina C que las naranjas, más hierro que las espinacas, más potasio que los plátanos y más magnesio que las lechugas. Además contiene 46 antioxidantes y 36 antiinflamatorios. Así, no es de extrañar que existan testimonios sobre sus asombrosos resultados.

En este breve y ameno manual, Camila Rowlands lo cuenta todo sobre este árbol milagroso y explica dónde conseguirlo, cómo aprovechar todo su potencial e incluso cómo cultivarlo. Los estudios científicos se multiplican, e incluso la Organización Mundial de la Salud tiene programas destinados a promover el uso de la moringa en el tratamiento de niños y mujeres embarazadas o en proceso de lactancia. El National Institutes of Health (NIH) de Estados Unidos la nombró en el 2008 «planta del año».

CLAVES DE VENTA

- ✓ 100 gr. de hoja seca de Moringa contiene 9 veces la proteína del yogurt, 10 veces la vitamina A de la zanahoria, 15 el potasio del plátano, 25 el hierro de la espinaca...
- ✓ Se usa hace más de 4.000 años por sus cualidades curativas y su alto valor nutritivo.
- ✓ Contiene remedios caseros para remediar medio centenar de dolencias.

Libros relacionados

