Resetea tus intestinos

Autor

Facundo Pereyra

Sinopsis

La mayoría de nosotros no sabe que los problemas digestivos causan estragos en todo el cuerpo; muchos de los problemas crónicos de salud se relacionan con algún grado de mal funcionamiento del intestino y de la comunidad de microorganismos que habitan dentro de este, más conocida como microbiota.Resetea tus intestinos es una guía para reparar los intestinos y potenciar su funcionamiento, por lo que se constituye como una herramienta novedosa y útil para aliviar muchas enfermedades. El libro presenta al lector en su primera parte cómo y por qué un intestino disfuncional puede ser el origen de muchos de los malestares frecuentes, así como mostrar cuáles son las herramientas para revertir este fenómeno. En la segunda parte, presenta cada una de las dolencias enfermedades junto con soluciones sencillas. Por último, en la tercera parte detalla los pasos de un método para bienestar integral que incluye un plan de alimentación y sugerencias de hábitos de vida saludables. Debido a su popularidad, ha sido posible comprobar la mejoría clínica que presentan los pacientes luego de realizar el programa de reseteo intestinal en relación con síntomas como ansiedad, problemas digestivos, sobrepeso, problemas de la piel, autoinmunes, cefaleas, articulaciones, dolencias ginecológicas, fibromialgia, problemas respiratorios, insomnio, fatiga crónica y depresión, entre otros.



Impreso

Año de publicación: 2023

Presentación: Libro de tacto blando (Libro)

Tamaño: 22.5 x 15.5 cm

Número absoluto de páginas: 272 Páginas

ISBN13: 9789585036789

$83.000 COP

E-Book

Año de publicación: 2023

Presentación: PDF (Digital: online)

Número absoluto de páginas: 272 Páginas

ISBN13: 9789585036796

$73.200 COP

FP

Sobre el autor

Facundo Pereyra

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

IBD

Año de publicación: 2023

Presentación: Libro de tacto blando (Tapa blanda o Bolsillo)

Tamaño: 22.5 x 15.5 cm

Número absoluto de páginas: 272 Páginas

ISBN13: 9789585036789

$88.725 COP



Palabras clave

Bienestar personal; Nutrición; Salud; Enfermedades - dietoterapia

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen