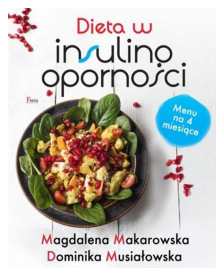


> *Dieta w insulinooporności, Makarowska M.*

## Dieta w insulinooporności, Makarowska M.



Model : 9788372297150

Dieta w insulinooporności, Makarowska M.

Producent : -

Dieta w insulinooporności, Makarowska Magdalena, Musiałowska...Feeria 2018 □ □ Druga książka specjalistki w dziedzinie insulinooporności Dominiki Musiałowskiej napisana we współpracy ze znaną dietetyczką Magdaleną Makarowską.

Vademecum, czyli w skrócie wszystko, co musisz wiedzieć na temat insulinooporności.

Menu na 4 miesiące z ciekawymi, prostymi i pysznymi przepisami.

Insulinooporność, czyli obniżona wrażliwość organizmu na działanie insuliny, może dotyczyć każdego z nas, niezależnie od wieku, płci, miejsca zamieszkania czy wagi. Coraz częściej dotyka osób młodych i aktywnych oraz dzieci. Jest to jednak zjawisko, które budzi wiele wątpliwości nie tylko wśród pacjentów, lecz także wśród specjalistów.

Co do jednego wszyscy są zgodni: zdrowy styl życia jest podstawą zarówno profilaktyki, jak i leczenia insulinooporności. Ogromne znaczenie w zmianie stylu życia na zdrowszy ma TO, CO JEMY. Brzmi groźnie? Nic bardziej mylnego. Dieta dla osób z insulinoopornością wcale nie musi być restrykcyjna, nudna i pełna wyrzeczeń. Zapraszamy na ekscytującą wyprawę do kuchni smacznej, prostej i zdrowej, w którą może się wybrać cała rodzina! Stosując się do zawartych tu wskazówek dietetycznych i dotyczących codziennej aktywności fizycznej, poczujesz przypływ energii i chęci do życia. W książce oprócz przepisów na cztery miesiące czeka na Ciebie również niespodzianka: VADEMECUM dla insulinoopornych, czyli zbiór odpowiedzi na pytania, które najczęściej zadają osoby zmagające się z tą chorobą. □

**Cena : 30,70 zł Brutto ( 29,24 zł Netto)**

*Dostępność: Produkt dostępny w naszym sklepie od 22 February 2018*