

L ' ORMONE DELLA SALUTE. L ' Innovativo Metodo Dei Sistemi Corporei Per Riattivare La Salute Senza Medicine.



Data di pubblicazione: 7 luglio 2017

Editore: Bruno Editore

Autore: GIANLUCA PAZZAGLIA

Lunghezza stampa: 58

Lingua: Italiano

PDF

Per essere in salute occorre prima di tutto diventare consapevoli che della salute siamo i

diretti responsabili. Dobbiamo attingere alle giuste strategie, districarci nel mare delle informazioni fuorvianti, e soprattutto passare all'azione con costanza, impegno e determinazione. Quello che hai tra le mani è un libro pratico e ricco di informazioni di valore che ha un solo ed unico scopo: agire. Se non vedi l'ora di capire, comprendere e cambiare il tuo stile di vita in funzione della tua salute personale, questo libro è proprio quello che fa per te.

## L'Ormone Della Salute

### COME DISTRICARSI TRA INFORMAZIONI CONTRASTANTI

- Perché tutti i cibi presenti nei classici libri di cucina, secondo studi scientifici sono collegati con la genesi del tumore.
- L'importanza degli studi olistici nella correlazione causa-effetto di un cibo.
- Perché dire che un certo cibo ci fa bene o ci fa male non è corretto.

### COME PENSARE IN MANIERA DIVERSA

- Perché se le reazioni del corpo agli stressori diventano croniche, insorgerebbero malattie.
- Perché l'infiammazione è la reazione primaria del corpo verso gli stressori.
- Perché l'equilibrio del nostro corpo viene perturbato da stressori.

### COME NASCONO LE MALATTIE

- Perché sovrappeso, stanchezza, depressione insorgono a causa dei tre apparati fondamentali del nostro corpo.
- Quali sono i tre apparati fondamentali del nostro corpo.
- Come fa lo stress a coinvolgere negativamente l'apparato digerente e il fegato.

### COME CAPIRE SE SEI IN SALUTE

- Perché testare il tuo sistema surrenalico è utile per capire da cosa dipendono i tuoi problemi di salute.
- L'importanza di testare anche l'apparato digerente e il fegato.
- Quali sono i tre sistemi corporei e come incidono sulla nostra salute.

### COSA FARE PER OTTIMIZZARE LA TUA SALUTE

- Perché eliminare il glutine e controllare la glicemia è il modo migliore per iniziare una dieta.
- Come iniziare la dieta col piede giusto e sotto il controllo medico.
- Perché praticare una tecnica anti-stress deve diventare una routine fondamentale nella tua vita.

### SUPPLEMENTI: QUALI, COME E QUANDO USARLI

- Perché cambiare il tuo stile di vita è il passo principale per ottimizzare la tua salute.
- Quali integratori assumere per l'apparato digerente per sentirti in forma.
- Quali integratori assumere per il fegato per migliorare la tua salute.

### IL PROGRAMMA IN PRATICA

- L'importanza di effettuare test che valutano il surrene.
- Come cambiare alcuni fattori del tuo stile di vita senza stressarti troppo.
- Come rifinire il tuo programma utilizzando alcuni supplementi nutrizionali.

<https://k2s.cc/file/904f498ae974c/GgFDuc1Yt.pdf.rar>