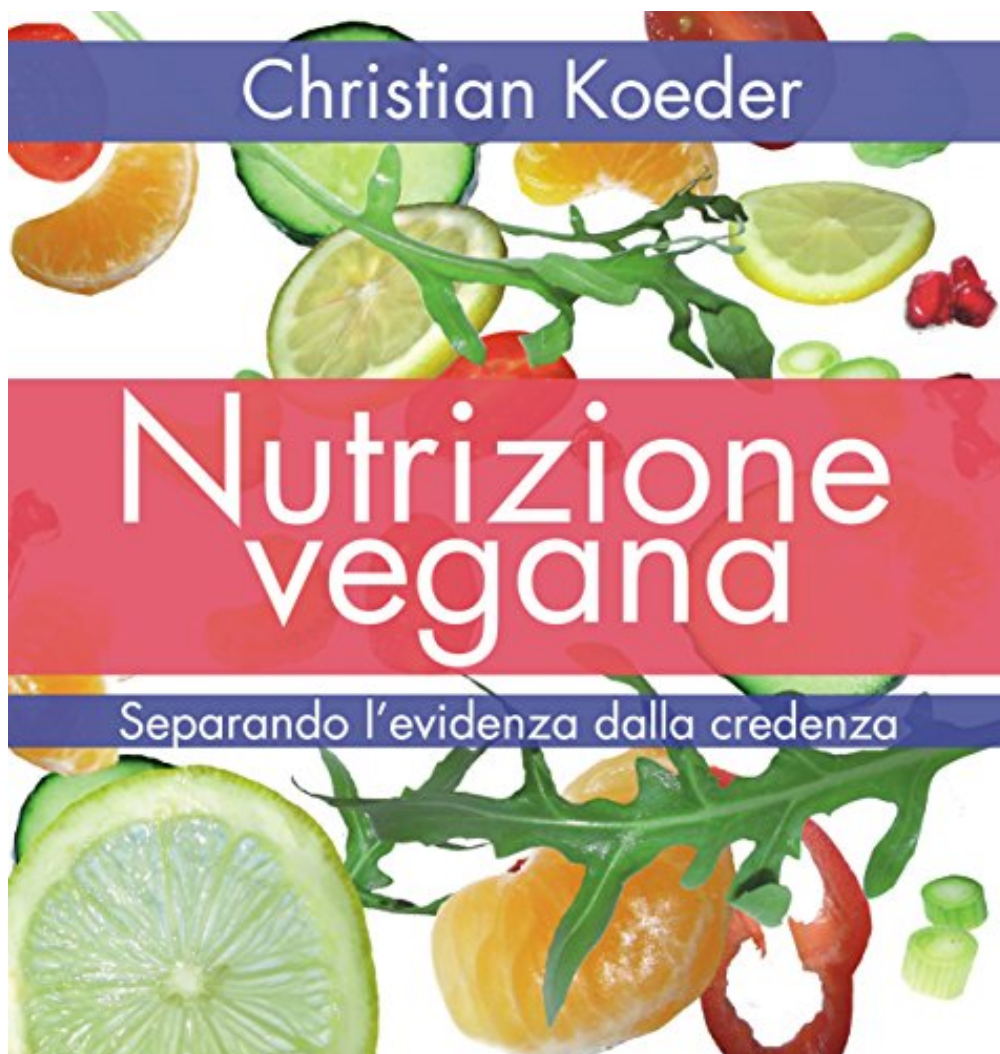


Nutrizione vegana: Separando l' evidenza dalla credenza



Data di pubblicazione: 20 agosto 2017
Autore: Christian Koeder
Lunghezza stampa: 110
Lingua: Italiano
PDF

Sei vegano/a e vuoi sapere come rimanere in buona salute e vuoi anche scoprire i modi per prevenire le malattie in modo ottimale?

Sei un professionista nel campo della salute e vuoi sapere se mostrare un' inclinazione a favore o contro una dieta vegana?

E quali possono essere i sintomi e/o le conseguenze di una dieta vegana mal pianificata?

Ti manca il tempo e vuoi un libro di riferimento preciso e completo?

Sei genitore di un figlio/a vegan e sei alla ricerca di informazioni sulla nutrizione vegana che siano oggettive, pratiche e libere da influenze ideologiche?

Sei un attivista e vuoi capire i principi fondamentali della ricerca nutrizionale vegana?

Benvenuto nel mio libro!

Contenuto

Prefazione

1 Vitamina B12

2 Calcio

3 Vitamina D

4 Iodio

5 Acidi grassi omega-3

6 Ferro

7 Zinco

8 Selenio

9 Vitamina A

10 Proteine

11 Quanto sono importanti queste raccomandazioni?

12 Tutti i nutrienti essenziali

13 Piatto vegano

14 Denti vegani

15 Effetti sulla salute

16 Effetti sull' ambiente

17 Effetti sulla società

18 Effetti sugli animali

19 Qual è la prova?

20 Posizioni ufficiali sulle diete vegane

Collegamenti/Ringraziamenti/Autore

Bibliografia

<https://k2s.cc/file/a6d0018acaab9/OUW0Ns8xy.pdf.rar>