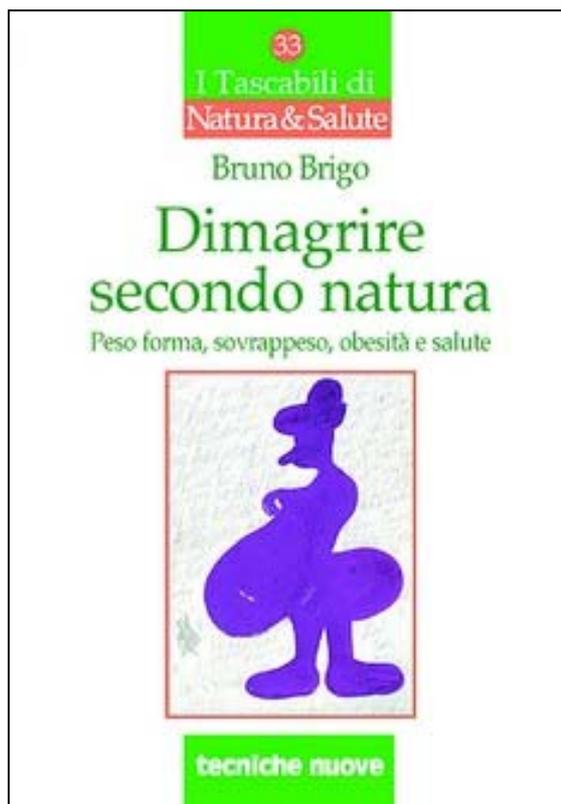


EDIZIONI SALUS INFIRMORUM



Autore: *Brigo B.*

Dimensioni: *10 x 15*

Anno pubblicazione: *2005*

Prezzo: *3,60 €*

Argomento: *Medicina Naturale*

Copertina: *Brossura*

Pagine: *96*

Editore: *Tecniche Nuove*

ARGOMENTO DEL LIBRO:

L'obesità è considerata oggi la più importante forma di patologia nutrizionale dei paesi ad elevato tenore di vita. Rilevazioni accurate e ripetute hanno denunciato e confermato come l'attesa di vita in condizioni di salute si riduca progressivamente quanto maggiore è l'eccesso di peso rispetto ai valori di peso ideale. In passato la soluzione scontata è apparsa quella di una drastica riduzione di peso ottenuta in un periodo breve in qualsiasi modo e grazie a qualsiasi espediente. Ma l'esperienza ha dimostrato il completo fallimento di una tale strategia basata sulla proposta di vari tipi di dieta. Si è affermata nel contempo la consapevolezza che l'unico modo per dimagrire è basato su una graduale e convinta modificazione delle abitudini alimentari e più in generale dello stile di vita. Tutto ciò non deve essere rapido e non è sempre facile, ma funziona per tutta la vita.

AUTORE:

Bruno Brigo, medico, specializzato in Medicina interna, Terapia fisica e Riabilitazione. Vive e lavora a Verona. Pratica e insegna omeopatia, fitoterapia e oligoterapia. È autore di numerosi testi.