



## **La alimentación como medicina**

**Dharma Sing Khalsa**

Urano

416 páginas

20 €

El uso práctico de los principios nutricionales modernos permite activar nuestra fuerza sanadora interior y devolver el estado de equilibrio a nuestro cuerpo. La alimentación está entre los principales factores que afectan a nuestros genes, ayudando a prevenir enfermedades y protegiéndonos contra ellas. El libro contiene recomendaciones específicas para diversas dolencias como la depresión, el cáncer, el Alzheimer, el dolor crónico, las cardiopatías, etc.