



DETOX SEN PARA ESTAR SANOS POR DENTRO Y BELLOS POR FUERA

Nuria Roura

Urano

287 páginas

23 €

Una obra práctica y minuciosa que nos enseña cómo alimentarnos para eliminar toxinas y recuperar la energía y vitalidad. La autora nos ofrece claves nutricionales y de estilo de vida para perder peso y tener una piel y un cabello más jóvenes y saludables. Incluye fotos en color y un sugerente menú Detox de 7 días con deliciosas recetas saludables, energéticas y nutritivas. Alimentación saludable, energética y nutritiva para desintoxicar el cuerpo y volver a disfrutar de la vida.