

Los libros más prácticos

NUTRICIÓN

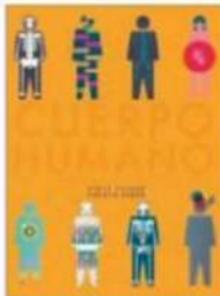


ALIMENTACIÓN SIN AZÚCAR

Integral

La conocida nutricionista Charlotte Debeugny te propone un método para reducir la ingesta de azúcar de tu dieta poco a poco y sin tener que privarte de todo lo que te gusta comer.

SALUD

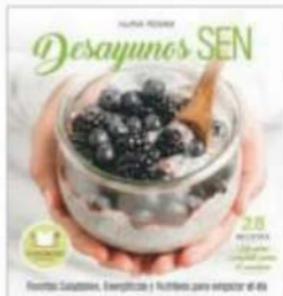


CUERPO HUMANO

Lunweg Editores

Con esta guía, muy visual e informativa, podrás repasar en coloridas infografías todo lo que hay que saber sobre la composición y la función de los sistemas y aparatos que conforman el cuerpo humano.

COCINA



DESAYUNOS SEN

Cooked by Urano

En este libro encontrarás 28 recetas de desayunos veganos, sin gluten ni azúcar basados en el concepto de alimentación SEN (saludable, energética y nutritiva). Para empezar el día la mejor forma posible.