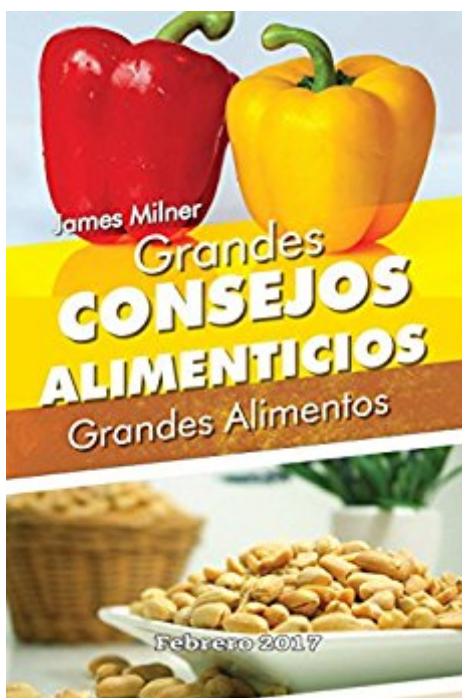


The book was found

# Grandes Consejos Alimenticios: Grandes Alimentos (Spanish Edition)



## Synopsis

Sabemos que seguir una alimentación sana, basada principalmente en una dieta equilibrada rica sobretodo en alimentos saludables, resulta fundamental cuando, por ejemplo, deseamos disfrutar de una vida sana al cuidar nuestra salud cada día. Y es que la propia Naturaleza nos brinda una gran variedad de alimentos nutritivos cien por cien beneficiosos para nuestro organismo, que nos ayudan a cubrir nuestras necesidades diarias de vitaminas y minerales. No obstante, cada día escuchamos que tanto el sobrepeso como la obesidad están creciendo de manera alarmante en los últimos años, a la vez que se conoce que el aumento en consumo de comida rápida o basura es cada vez mayor. “No hay alimentos buenos o malos, sino dietas o patrones alimentarios más o menos saludables. La moda de atribuir propiedades beneficiosas a los alimentos, tan de actualidad, puede servir para educar al consumidor en cuanto a aquellos alimentos que no deben faltar en su dieta, pero siempre en el contexto de la variedad, el equilibrio y la moderación. Hasta el aceite de oliva, cuya composición es muy beneficiosa, debe tomarse con moderación”.

## Book Information

File Size: 556 KB

Print Length: 48 pages

Publication Date: February 2, 2017

Sold by: Amazon Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B01N4V8NFE

Word Wise: Not Enabled

Lending: Enabled

Screen Reader: Supported

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #48,749 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #4

in Kindle Store > Kindle Short Reads > 90 minutes (44-64 pages) > Sports & Outdoors #7

in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes #25 in Kindle Store > Kindle eBooks > Health, Fitness & Dieting > Exercise & Fitness > Running & Jogging

[Download to continue reading...](#)

Grandes consejos alimenticios: Grandes alimentos (Spanish Edition) Cuando los grandes eran pequeños. José María (Spanish Edition) (Cuando los Grandes Eran Pequeños)

Gimnasia: Grandes Momentos, Records y Datos (Gymnastics: Great Moments, Records, and Facts) (Grandes Deportes (Great Sports)) (Spanish Edition) Los remedios para la Diabetes de la Dama de los Jugos: Recetas de jugos, batidos y alimentos orgÃ¡nicos para una salud Ãfptima (Spanish Edition) Los alimentos contra el cÃ¡ncer (Spanish Edition) Easy Spanish Cookbook: Authentic Spanish Recipes from Cuba, Puerto Rico, Peru, and Colombia (Spanish Cookbook, Spanish Recipes, Spanish Food, Spanish Cuisine, Spanish Cooking Book 1) Fitness y Consejos : 2017: Claves para iniciar una Fitness Life (Spanish Edition) Consejos para el Noviazgo Cristiano: Principios BÃ¡sicos para un Noviazgo con PropÃ©sito (Spanish Edition) Consejos para corredores EL RUNNER EFICIENTE (Spanish Edition) Varios consejos que te ayudan a Correr: Running como estilo de vida (Spanish Edition) 23 Habititos inteligentes para tus finanzas personales: Consejos para mejorar tu relacion con el dinero (Spanish Edition) PsicologÃ­a para la vida diaria: Consejos psicolÃ³gicos y bÃ¡sicos para enfrentar los problemas emocionales (Spanish Edition) Tarot y Consejos Angelicales (Spanish Edition) Spanish Phrasebook: 1,001 Easy to Learn Spanish Phrases, Learn Spanish Language for Beginners (Spanish Lessons, Spanish 101, Spanish Books) Alimentos Geneticamente Modificados: Cambiando la Naturaleza de la Naturaleza: Que necesita saber para proteger a usted mismo, a su familia y a nuestro planeta Van Gogh (Grandes biografÃ­as series) (Spanish Edition) Cuando los grandes eran pequeÃ±os. Gabriel GarcÃ­a MÃ¡rquez (Gabito) (Spanish Edition) (Cuando Los Grande Eran Pequeños) A Veces se Gana - A Veces Aprende: Las grandes lecciones de la vida se aprenden de nuestras perdidas (Spanish Edition) Grandes Personajes de Mexico (Spanish Edition) Semana Blanca (Grandes Lectores) (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

[FAQ & Help](#)