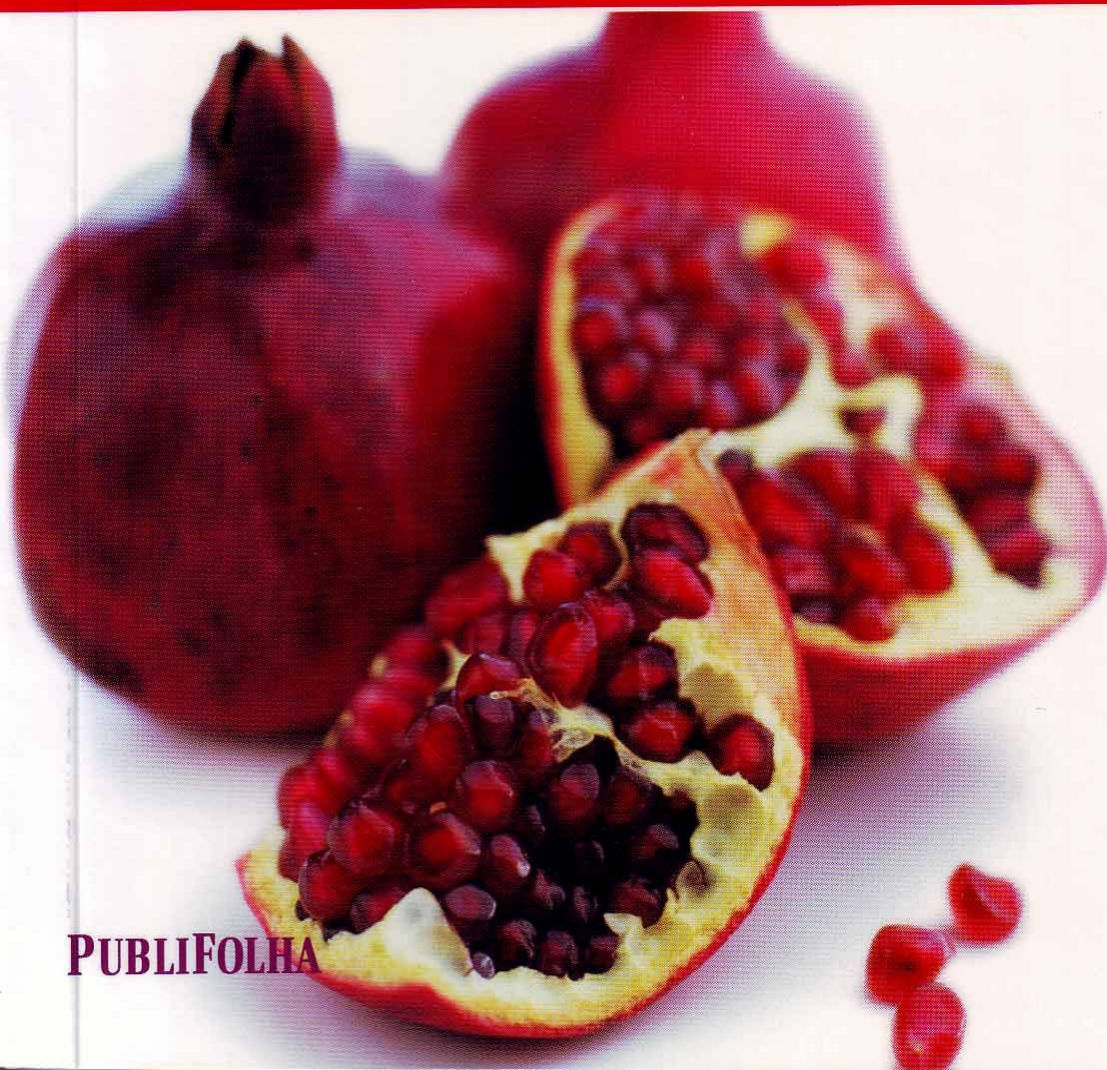


100 RECEITAS DE SAÚDE ALIMENTOS PARA REJUVENESCER



100 RECEITAS
EFICIENTES E
FÁCEIS DE
PREPARAR QUE
DEIXAM VOCÊ
MAIS JOVEM E
COM ENERGIA

PUBLIFOLHA

SARAH MERSON

Resumo de 100 Receitas. Alimentos Para Rejuvenescer

100 receitas de saúde - Alimentos para rejuvenescer' mostra quais são os alimentos antioxidantes, fortalecedores e rejuvenescedores. Os nutrientes contidos nas refeições combatem problemas como flacidez, perda de viço da pele e de massa óssea.

A escolha da alimentação certa previne o surgimento de doenças cardíacas, obesidade, diabetes, colesterol, artrite e pressão alta. Além de fortalecer o sistema imunológico e melhorar o desempenho físico e mental.

Para manter boa disposição e aparência jovial, os alimentos são acompanhados de receitas, máscaras para pele e cabelo e óleos medicinais. São 100 receitas de saúde e beleza muito especiais!

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)