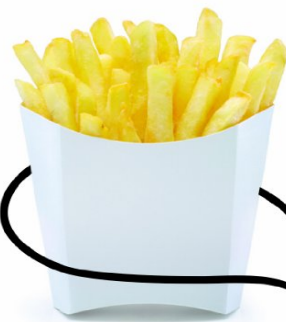


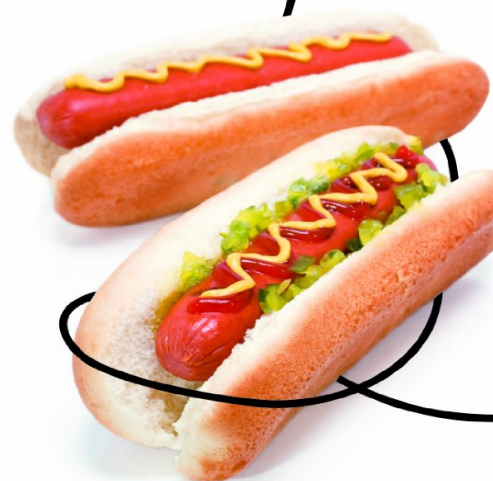


**DR. MÁXIMO RAVENNA**



# *A teia de aranha alimentar*

**QUEM  
COME  
QUEM?**



GUARDA•CHUVA

## Resumo de A Teia de Aranha Alimentar. Quem Come Quem?

Utilizando a simbologia da aranha e de sua teia para tratar dos vícios (ou adições, como ele chama) alimentares, o autor aborda a filosofia do prazer imediato, a fim de alertar o leitor a respeito de sua própria alimentação.

Dessa forma, o Método Ravenna busca, ao invés de ensinar uma dieta, mostrar como é possível mudar completamente a relação com a comida.

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