

QIKOVATE

Flávio

DEIXAR
DE SER
GORDO

7ª EDIÇÃO REVISTA

mg
MAGAZINE

Resumo de Deixar de Ser Gordo

A convicção de Gikovate é a de que as dietas para emagrecer engordam. Trata-se de um estudo psicológico acerca da obesidade, que tem por objetivo ajudar as pessoas a se livrarem do problema.

Este livro, que já está na sétima edição e foi revisado pelo autor, é para quem quer deixar de ser gordo e não apenas emagrecer temporariamente, à custa de regimes torturantes e ineficazes.

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