

MAIS DE
111 MIL MULHERES
JÁ PARTICIPARAM!

DESAFIO #CHATA DE GOSTOSA

DESCUBRA PORQUE APENAS DIETAS E EXERCÍCIOS FÍSICOS
NUNCA VÃO TE EMAGRECER DEFINITIVAMENTE

**30 DIAS
PARA MUDAR
SUA VIDA**



CAROL FERRERA

A MULHER QUE **EMAGRECEU 75 KG**



Resumo de Desafio Chata de Gostosa: Descubra Porque Apenas Dietas e Exercícios Físicos Nunca Vão te Emagrecer Definitivamente

Se você luta contra balança a vida inteira, se já tentou todas as dietas possíveis, se seus problemas com o sobrepeso começaram após o casamento ou a gravidez, se a ansiedade faz você descontar tudo na comida ou mesmo se você quer perder poucos quilos e ainda assim não consegue, a resposta é a mesma: você precisa mudar a sua mentalidade.

O método Carol Ferrera é o método de inteligência emocional com foco em emagrecimento comprovado por milhares de mulheres que tiveram suas vidas transformadas. Carol ajuda suas coachees a se relacionarem de forma saudável com a comida, controlando seus impulsos alimentares e emoções, resgatando a autoestima, o amor próprio e a confiança.

Tudo isso sem receitar qualquer dieta ou exercícios milagrosos. Através de estudos, conteúdos e ferramentas próprias que propõe em seus cursos, workshops, atendimentos e palestras, Carol já mostrou para mais de 111 mil mulheres que o poder de emagrecer está dentro de cada uma delas.

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