

# NADA A PERDER



Quando você tem que  
perder algo que ama

Cheri K. Erdman

ISBN 978-1-55551-111-1

# Resumo de Nada A Perder. Como Viver Feliz No Corpo Que Você Tem

A autora, médica e psicoterapeuta, fala da guerra permanente que os regimes declaram contra a pessoa e recomenda o fim das dietas, sugerindo uma abordagem mais humana e de auto-aceitação, com vários relatos de suas pacientes.

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