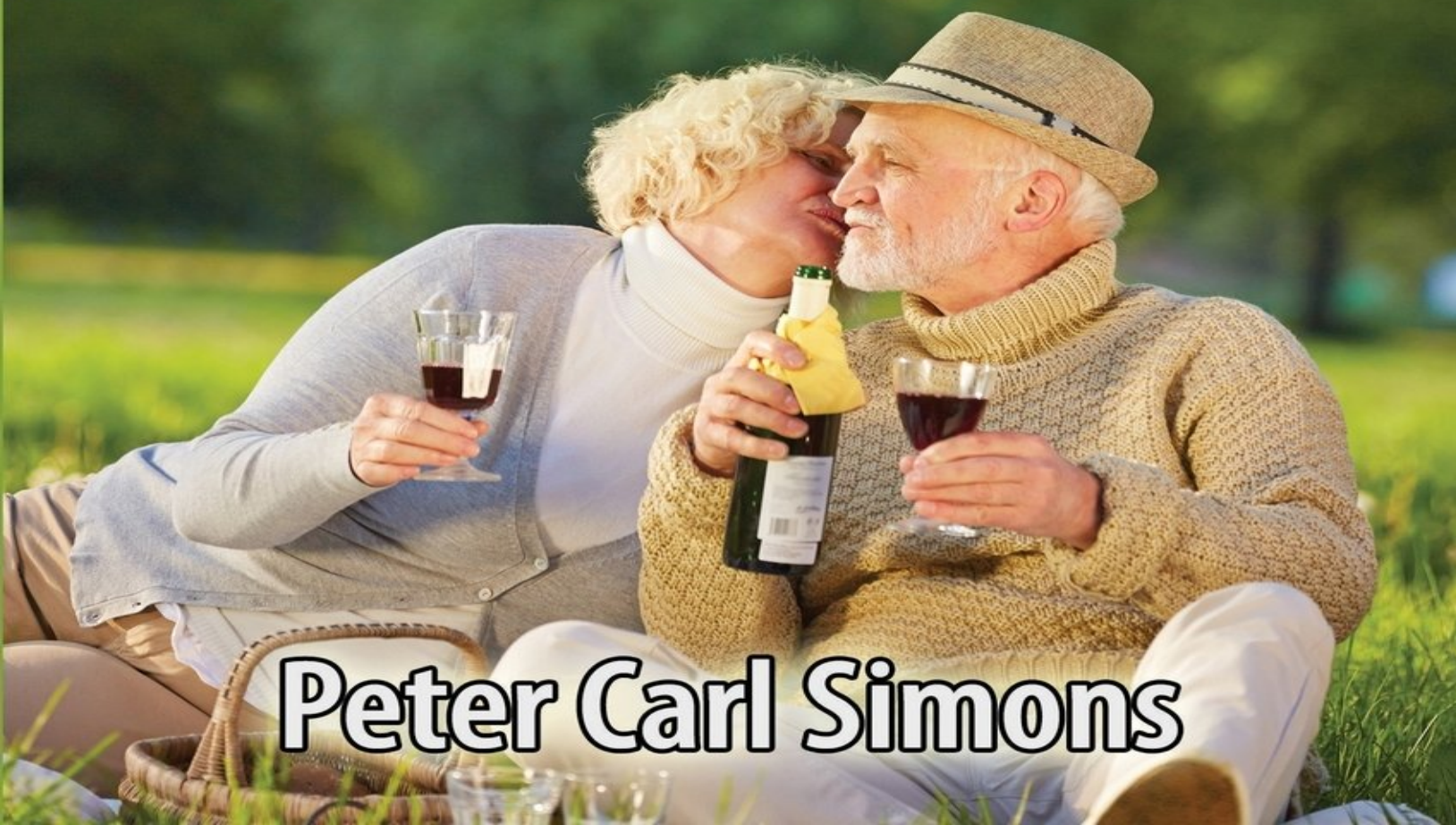


Os 6 pilares da prevenção de Alzheimer

Reduza o risco de Alzheimer



Peter Carl Simons

Resumo de OS 6 Pilares Da Prevencao de Alzheimer: Reduza O Risco de Alzheimer

A doenca de Alzheimer e uma doenca progressiva que corroi lentamente a memoria e funcoes mentais vitais. Afetando estimadamente 5,3 milhoes de americanos, destes, 5,1 milhoes com idade superior a 65 anos, esta condicao diabolica subiu a 6 principal causa de morte nos Estados e ganhou um lugar temido na nossa consciencia coletiva.

Quando 1 em cada 3 pacientes idosos sofrem de Alzheimer ou alguma forma de demencia, nao e de admirar que a comunidade medica esteja em alvorocho para encontrar uma cura, ou pelo menos um tratamento eficaz.

Tal facanha beneficiara milhoes - mas, quanto aqueles que tem ainda nao desenvolveram a doenca, mas tem o potencial de sucumbir a ela? E se houvesse uma forma de a prevenir?

Com uma perspectiva renovada da sociedade moderna e um problema ja bem conhecido, este guia oferece 6 pilares da prevencao para ajudar a afastar esta doenca ameacadora. Combinando dieta, exercicio fisico, mudancas de estilo de vida e consciencia mental, esta abordagem pode ser a resposta que procura, que o levara, ou aqueles que ama, a uma velhice feliz - e possivelmente saudavel."

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