

Autor do best-seller internacional A DIETA DA MENTE™

DR. DAVID PERLMUTTER

com Kristin Loberg

*Amígos da
mente*

os nutrientes e bactérias que vão
curar e proteger seu cérebro

Resumo de Os Amigos da Mente

Em seu novo livro, David Perlmutter, o autor best-seller de A Dieta da mente, apresenta novas pesquisas que comprovam a importância do microbioma – os micro-organismos que moram dentro do seu corpo – para a sua saúde.

Para se proteger de diversas doenças ligadas ao cérebro como autismo, déficit de atenção e Alzheimer, o neurologista apresenta os alimentos amigos que irão salvar a sua mente.

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