"ÚNICO, INFORMATIVO E DIVERTIDO, ESSE LIVRO ORIGINAL REVELA OS SEGREDOS DA BOA SAÚDE... ALGO QUE VOCÊ NUNCA IMAGINARIA... UMA ÓTIMA LEITURA."
– DR. ANDREW WEIL

OS SEGREDOS DAS PESSOAS QUE NUNCA FICAM DOENTES

GENE STONE

Resumo de Os Segredos das Pessoas que Nunca Ficam Doentes

Os segredos para uma vida longa! Alho, levedura de cerveja, ioga, banhos frios de manhã, canja de galinha. Esses ingredientes separados são apenas alguns dos que fazem parte da rotina de pessoas que nunca adoecem.

Mas não são os únicos truques das pessoas chamadas de supersaudáveis. Este livro revela os segredos de 25 pessoas para manter uma saúde excelente. Aqui você conhecerá os casos reais e as pesquisas que atestam cientificamente esses hábitos.

Com histórias que mostram experiências pessoais confirmadas por importantes pesquisas, você aprenderá a aplicar cada segredo em sua vida e se tornará a próxima pessoa que nunca adoece.

Acesse aqui a versão completa deste livro