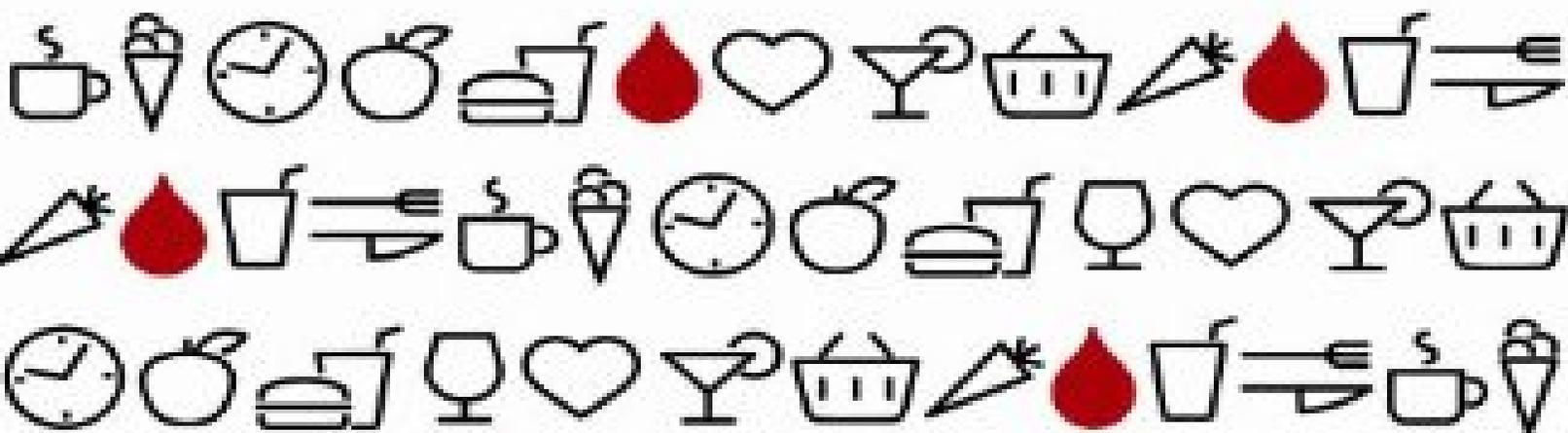


Heloisa Bernardes



VOCÊ E SEU SANGUE

Como ter saúde com uma alimentação adequada ao seu tipo sanguíneo

EDIÇÃO REVISTA E AMPLIADA

))(Academia

Resumo de Você e Seu Sangue

Saber qual o tipo de sangue e os alimentos que fazem bem ou mal para cada um é imprescindível para o correto gerenciamento da saúde e o melhor desempenho físico, sexual e mental.

Além de apontar os alimentos que protegem contra certas doenças, este livro sugere dietas específicas para cada tipo de sangue, enriquecidas com tabelas de nutrientes, testes, características energéticas dos alimentos.

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