

MICHAEL F. ROIZEN  
MEHMET C. OZ

# VOCÊ SEMPRE JOVEM

Estenda sua garantia de vida com qualidade

*Fluor*

# Resumo de Você Sempre Jovem. Estenda Sua Garantia de Vida com Qualidade

A ciência tem avalizado o que a sabedoria popular já consagrou há muito tempo: é melhor prevenir antes de remediar. O ditado parece ter norteado o criador do conceito da Idade Real, Michael F.

Roizen, e o celebrado cirurgião Mehmet C. Oz , que em Você sempre jovem – Estenda sua garantia de vida com qualidade explicam cientificamente o funcionamento do corpo humano, propondo ao leitor a adoção de hábitos que podem levar à longevidade.

Com três títulos escritos em parceria na bagagem e participações assíduas em programas de sucesso na televisão norte-americana, como o The Oprah Winfrey Show, e nas listas dos mais vendidos mais prestigiadas do país, a dupla revela, neste lançamento, técnicas eficazes de combate ao envelhecimento.

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