



## La puissance de votre métabolisme



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# La puissance de votre métabolisme

*Frank Suárez*

**La puissance de votre métabolisme** Frank Suárez

 [Télécharger La puissance de votre métabolisme ...pdf](#)

 [Lire en ligne La puissance de votre métabolisme ...pdf](#)

448 pages

Présentation de l'éditeur

**Les kilos perdus...pour toujours !**

Il est des sujets qui par nature, sont controversés. Des sujets comme la politique ou la religion. Mais celui des régimes, en plus d'être controversé, est rempli de contradictions. Par exemple, lorsqu'un régime recommande de consommer beaucoup de graisses, de protéines et peu de glucides, un autre préconise son exact contraire, c'est à dire éviter les graisses, ne manger que peu ou pas de protéines et avaler par contre des tonnes de glucides. Résultat, le public est la plupart du temps perdu quand il s'agit de régimes.

Dans les faits, quand une personne entre dans une librairie dans l'espoir de trouver un livre sur les régimes, elle se retrouve complètement perdue devant la variété infinie de régimes qui existent aujourd'hui. Chacun de ces livres prétend décrire « le meilleur régime ». Beaucoup d'entre eux sont écrits par des personnes diplômées en médecine, en nutrition, en physique ou en chimie. Les régimes qu'ils recommandent s'apparentent tous à des solutions miracles pour qui veut perdre du poids. Les approches sont variées : contrôler les calories, réduire sa consommation de graisses, le végétarisme, les régimes à base de jus de fruits, les régimes qui excluent les produits laitiers ou le blé, les régimes qui n'autorisent que les produits naturels ou biologiques, et j'en passe. En résumé : la confusion.

L'objectif de ce livre n'est pas uniquement de vous donner une méthode pour mieux vivre et être en meilleure santé, il est aussi de vous éduquer pour vous rendre plus responsable et cause.

Dans ce livre vous apprendrez

- Les facteurs qui ralentissent votre métabolisme
- Les glucides bons pour la santé et ceux à éviter
- Les glucides créent une dépendance
- Les causes des troubles de la thyroïde
- Comment le stress vous fait prendre du poids
- Les causes d'une mauvaise digestion
- Les substances ennemies et les intolérances alimentaires
- Ce qu'est le champignon candida albicans et comment il peut infester votre corps.
- Des informations qui pourraient vraiment changer la vie des diabétiques et hypoglycémiques.
- Les antidépresseurs et les médicaments qui vous font prendre du poids.
- La différence entre perdre du poids et mincir.
- Les aliments : sources d'énergie pour le métabolisme.
- L'importance du dosage de vos vitamines.
- Comment la graisse est-elle fabriquée.
- Comment s'en sortir quand vous êtes au restaurant, lors d'une réception.
- Pourquoi les « régimes » sont inefficaces.
- Comment tricher intelligemment.
- Toute la vérité sur le cholestérol.
- Identifier notre type de système nerveux pour adapter votre alimentation.
- Les Régime 2x1TM et Régime 3x1TM
- Les adpatogènes
- Les produits qui améliorent votre métabolisme.
- Les vitamines, protéines et compléments alimentaires.
- Les produits naturels de désintoxication.
- Les minéraux et leurs effets.

En comprenant comment fonctionne votre corps, les causes de nombreux maux que l'on retrouve partout dans la société, les objectifs de profit parfois en opposition avec votre santé, vous pourrez prendre de meilleures décisions et être davantage cause sur votre bien-être.

Grâce à ce livre, vous pouvez vous aussi aujourd'hui profiter de tout le savoir de Frank : de ses conseils pratiques au régime qui vous permettra d'accroître votre métabolisme, en passant par les bonnes habitudes grâce auxquelles des milliers de personnes ont réussi à perdre du poids. Biographie de l'auteur Frank Suárez, qui a vaincu sa propre obésité, a aidé plus de 35 000 personnes à perdre du poids et à maîtriser leur diabète. Il est le fondateur du programme NaturalSlim™, basé à Porto Rico et aux États-Unis, qui est déjà venu en aide à des milliers de personnes en s'attaquant au principal coupable de leur surpoids et de leur obésité : le métabolisme lent.

Frank est parvenu à isoler les facteurs pour lesquels certaines personnes sont condamnées à suivre un régime « à vie », là où d'autres sont libres de manger comme bon leur semble tout en restant minces. Mais par-dessus tout, il a réussi à réunir dans un seul et même programme toutes les solutions et les aides naturelles nécessaires pour venir à bout une fois pour toutes du « métabolisme lent ».

Après avoir été inondé de milliers de lettres et d'e-mails de gens qui voulaient avoir des informations sur son incroyable programme sur le métabolisme, il écrit le livre La puissance de votre métabolisme pour répondre à la demande que tout le monde avait sur les lèvres, « Comment puis-je améliorer mon métabolisme et finalement perdre du poids ? »

Download and Read Online La puissance de votre métabolisme Frank Suárez #EL0Z35IS71O

Lire La puissance de votre métabolisme par Frank Suárez pour ebook en ligneLa puissance de votre métabolisme par Frank Suárez Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La puissance de votre métabolisme par Frank Suárez à lire en ligne.Online La puissance de votre métabolisme par Frank Suárez ebook Téléchargement PDFLa puissance de votre métabolisme par Frank Suárez DocLa puissance de votre métabolisme par Frank Suárez MobipocketLa puissance de votre métabolisme par Frank Suárez EPub

**EL0Z35IS71OEL0Z35IS71OEL0Z35IS71O**