

(Mobile pdf) El secreto de la vida a base de plantas (Spanish Edition)

El secreto de la vida a base de plantas (Spanish Edition)

Draco Rosa, Nena Niessen

*ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF*



EL SECRETO DE LA VIDA A BASE DE PLANTAS



DRACO ROSA • NENA NIESSEN



[Download](#)

[Read Online](#)

#292888 in Books 2015-07-28 Original language: Spanish PDF # 1 9.40 x .40 x 6.40l, .70 #File Name: 1941999468250 pages | File size: 29.Mb

Draco Rosa, Nena Niessen : El secreto de la vida a base de plantas (Spanish Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised El secreto de la vida a base de plantas (Spanish Edition):

23 of 23 people found the following review helpful. Este libro llenoacutec; mis expectativas sobre la importancia de una ...By Evelyn RiveraEste libro llenoacutec; mis expectativas sobre la importancia de una alimentacioacutec;n sana a

base de plantas. Draco y Nena comparten sus propias experiencias sobre sus luchas contra el cancer y coacutem;mo pudieron vencerlo gracias a una dieta a base de plantas, y eacutem;sto hace que el libro tenga un sentido de propoacutem;sito auteacutem;ntico. Los felicito por el gran trabajo que hicieron y por compartir con sus lectores consejos que ayudan a vivir una vida maacutem;s saludable y plena. Me gustariaacutem;a conseguir el libro en ingleaacutem;s para regalarlo a varias de mis amistades que leen soacutem;lo en ingleaacutem;s. Recomiendo este libro a todas las personas que se preguntan coacutem;mo prevenir y curar las enfermedades sin tener que recurrir a medicina convencional. La madre naturaleza tiene la respuesta a nuestros problemas de salud.4 of 4 people found the following review helpful. Tengo que decir que este libro es maravilloso. No ...By CustomerTengo que decir que este libro es maravilloso. No es un libro para personas que solo buscan rebajar o alguacutem;n beneficio momentaacutem;neo. Este libro involucra un cambio de estilo de vida total. Se lo recomiendo a todos los que andan en busca de mejorar su calidad de vida y la de su familia. Las recetas son simples y deliciosas. La buena calidad de vida involucra sacrificios asiacutem; que no esperen que las recetas sean sacadas de una lata o congeladas, todas requieren preparacioacutem;n en casa, (educacioacutem;n o sea leer e investigar adicional por parte del individuo). En mi caso ya yo habiaacutem;a adoptado una dieta vegetariana y 50% de mis alimentos ya eran crudos o sea frutas y vegetales, asiacutem; que se me hizo muy faacutem;cil de digerir la informacioacutem;n.4 of 4 people found the following review helpful. Muy buen libro. Son ingredients que no mucha gente ...By Jacklyn CuevasMuy buen libro. Son ingredients que no mucha gente usa pero es bueno saber que hay tantos ingredients que ayudan al cuerpo humano pero que nosotros a veces por vagos o por comer lo mismo todos los dias no buscamos alimentos mas alla para mejorar nuestro estilo de vida. Yo estoy empezando a hacer mas cambios en mi dieta gracias a este libro. Me encanta pq de principio a fin es clean eating.

El reconocido cantante de rock Draco Rosa descubrioacutem; las maravillas de la alimentacioacutem;n a base de plantas luego de enfermarse de caacutem;ncer. Al enterarse de la dura noticia, trabajoacutem; junto con su nutricionista Nena Niessen, tambieacutem;n sobreviviente del caacutem;ncer, para apoyarse en una alimentacioacutem;n sana durante el proceso de tratamiento y recuperacioacutem;n. Su vida no volvioacutem;a ser la misma: aprendioacutem;a identificar los ingredientes beneficiosos de la comida para hacer sus propias recetas exaltando lo mejor de cada planta y dejando a un lado los ingredientes nocivos. Asiacutem; se dio cuenta por experiencia propia del impacto que tiene la alimentacioacutem;n en la prevencioacutem;n y recuperacioacutem;n de enfermedades y el nivel de bienestar. Ahora Draco y Nena quieren difundir la nutricioacutem;n a base de plantas como un arma fundamental en la lucha contra las enfermedades en general y el caacutem;ncer en particular. Para ello en este libro explican las propiedades nutricionales y curativas de cada planta, proponen un plan de desintoxicacioacutem;n y recopilan las mejores recetas que ellos mismos crearon para deleitar el paladar con una alimentacioacutem;n vegetariana sana. ENGLISH DESCRIPTION The renowned rock artist Draco Rosa discovered the wonders of a plantbased diet after being diagnosed with cancer. He worked hand-in-hand with his nutritionist, Nena Niessen, who is also a cancer survivor, to find strength through a healthy diet during the process of treatment and recovery. His life would never be the same: he learned to identify the beneficial ingredients in foods in order to make his own recipes, bringing out the best in every plant and leaving out harmful ingredients. As such, his first-hand experience helped him realize the impact that nutrition can have in the prevention and recovery from illness, as well as on one's general well being. Now, Draco and Nena want to spread the word about plant-based nutrition as a fundamental weapon in the fight against illness in general and cancer in particular. In this book, they explain the nutritional and medicinal properties of each plant, propose a plan for detoxing your body, and compile their best recipes, which will delight your taste buds with a healthy vegetarian diet.

About the Author Draco Rosa nacioacutem; en Nueva York. Formoacutem; parte del grupo juvenil Menudo, con otros cantantes famosos. Luego de actuar en varias peliacutem;culas logroacutem; como solista una exitosa carrera, grabando varios aacutem;lbumes en ingleaacutem;s y espantilde;ol. Es compositor y productor para cantantes como Ricky Martin, Julio Iglesias y Ednita Nazario. Draco ha recibido varios premios Grammy y, despueacutem;s de ganar la batalla contra el caacutem;ncer, se consolidoacutem; como uno de los artistas latinoamericanos maacutem;s completos: es muacutem;sico, cantante, multi-instrumentista, poeta, pintor, bailariaacutem;n, escritor y empresario. Nena Niessen nacioacutem; en El Sauce, Nicaragua. Es profesional de la salud en el aacutem;rea de nutricioacutem;n y especialista en alimentacioacutem;n con base en plantas, de Cornell University. Nena ha sobrevivido dos veces al caacutem;ncer. Escribe artiacutem;culos para revistas norteamericanas que promueven la salud y la nutricioacutem;n. Cuenta con maacutem;s de veinte antilde;os de experiencia como consejera nutricional para personalidades y artistas del mundo del espectaacutem;culo en los Estados Unidos. Su pasioacutem;n maacutem;s grande es ayudar a las personas a prevenir enfermedades, mantenerse sanas y recuperarse de penosas dolencias a traveacutem;s de haacutem;bitos saludables y la alimentacioacutem;n natural.