Recomendación de libro

Uno de los libros fundamentales sobre las conexiones entre beber agua y la salud lleva el título: ¡No estás enfermo, tienes sed! El autor, Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj (pronunciado: ...

Uno de los libros fundamentales sobre las conexiones entre beber agua y la salud lleva el título: ¡No estás enfermo, tienes sed!

El autor, Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj (pronunciado: Batman-gee-lidsch); (1930-2005) entrega al público en 200 páginas descubrimientos revolucionarios y sobre todo aplicables inmediatamente, que investigó durante años sobre la importancia del agua para la salud. Informa sobre el efecto perjudicial para la salud de la deshidratación crónica, cuyas señales la mayoría de las personas pasa por alto o interpreta incorrectamente, así como sobre el efecto de las bebidas equivocadas. Con sus descubrimientos abrió el camino para el desarrollo de un sistema de salud más amigable con las personas, de modo que las personas puedan envejecer de manera decisivamente más saludable y productiva. - Todo esto con un esfuerzo que limitaría los ingresos del sector sanitario a una fracción.

Síntomas de enfermedades como diabetes, cáncer, funciones cerebrales deterioradas hasta el síndrome de fatiga crónica, son según sus investigaciones "los gritos del cuerpo pidiendo agua". El suministro óptimo de sales y minerales es según Batmanghelidj "el camino regio hacia la salud y el bienestar".

Conclusión de truu : Este libro debería leer todo el mundo al menos una vez en la vida. Ante una comercialización abrumadora del sector sanitario, este libro es hoy más actual que nunca.

VAK Verlags GmbH; ISBN 978-3-86731-119-9 (Paperback, € 15,50 (D) / € 16.- (A)

https://t.me/truuinfochannel

It's good.
to be truu.