Препоръка за книга: Джеймс ДиНиколантонио, изследовател и учен в

Препоръка за книга: Джеймс ДиНиколантонио, изследовател и учен в областта на сърдечно-съдовите заболявания е доктор по фармация в институт в Канзас Сити, Мисури и член на редакционния съвет на няколко ...

Препоръка за книга: Джеймс ДиНиколантонио, изследовател и учен в областта на сърдечно-съдовите заболявания е доктор по фармация в институт в Канзас Сити, Мисури и член на редакционния съвет на няколко медицински списания. В неговата книга "Солта илюзия - защо солта е толкова важна и диета с нисък обем сол причинява болести", той вносит яснота в дискусията за солта и обяснява сред другото как противоречията на медицината по отношение на солта могат да се задържат почти век. Надредният съвет по темата сол звучи още един път повече, отколкото иначе: Занимавай се сам със съответствията на различни източници, слушай своя "тяло", защото човешките тела реагират напълно индивидуално и различно. След това вземи своето собствено решение какво е добро за теб. 286-страничната книга "Солта илюзия..." посочва при своите твърдения на стотици källor, които са посочени в 44-страничния указател и предоставя в последната глава пет-стъпкова програма, с която всеки може да върне своя собствен, вътрешен - обикновено затрупан - "солен-термостат" и да го настрои наново, за да върне своето тяло в естественото му състояние на равновесие. Прочети тук: Защо правилната сол е от жизнено значение.

It's good.
to be truu.