Conseil de lecture : James DiNicolantonio, chercheur et scientifique dans le

Conseil de lecture : James DiNicolantonio, chercheur et scientifique dans le domaine des maladies cardiovasculaires, est docteur en pharmacie dans un institut à Kansas City, Missouri et membre du conseil de rédaction de plusieurs ...

Conseil de lecture : James DiNicolantonio, chercheur et scientifique dans le domaine des maladies cardiovasculaires, est docteur en pharmacie dans un institut à Kansas City, Missouri et membre du conseil de rédaction de plusieurs revues médicales. Dans son livre « L'erreur du sel - pourquoi le sel est si important et pourquoi une alimentation pauvre en sel rend malade », il apporte de la clarté dans le débat sur le sel et explique notamment comment les contradictions de la médecine sur le sujet du sel ont pu persister pendant près d'un siècle. Le conseil général sur le sujet du sel est, une fois de plus encore plus qu'à l'accoutumée : occupe-toi toi-même des affirmations de diverses sources, écoute ton « corps », car les corps humains réagissent de manière très individuelle et différente. Prends alors ta propre décision sur ce qui est bon pour toi. Le livre de 286 pages « L'erreur du sel... » renvoie dans ses affirmations à des centaines de sources qui sont énumérées dans la table des matières de 44 pages et fournit dans le dernier chapitre un programme en cinq étapes avec lequel chacun peut réinitialiser et réajuster son propre « thermostat du sel » interne - généralement atrophié - afin de ramener son corps à son état d'équilibre naturel. Lire ici : Pourquoi le bon sel est vital.

It's good.
to be truu.