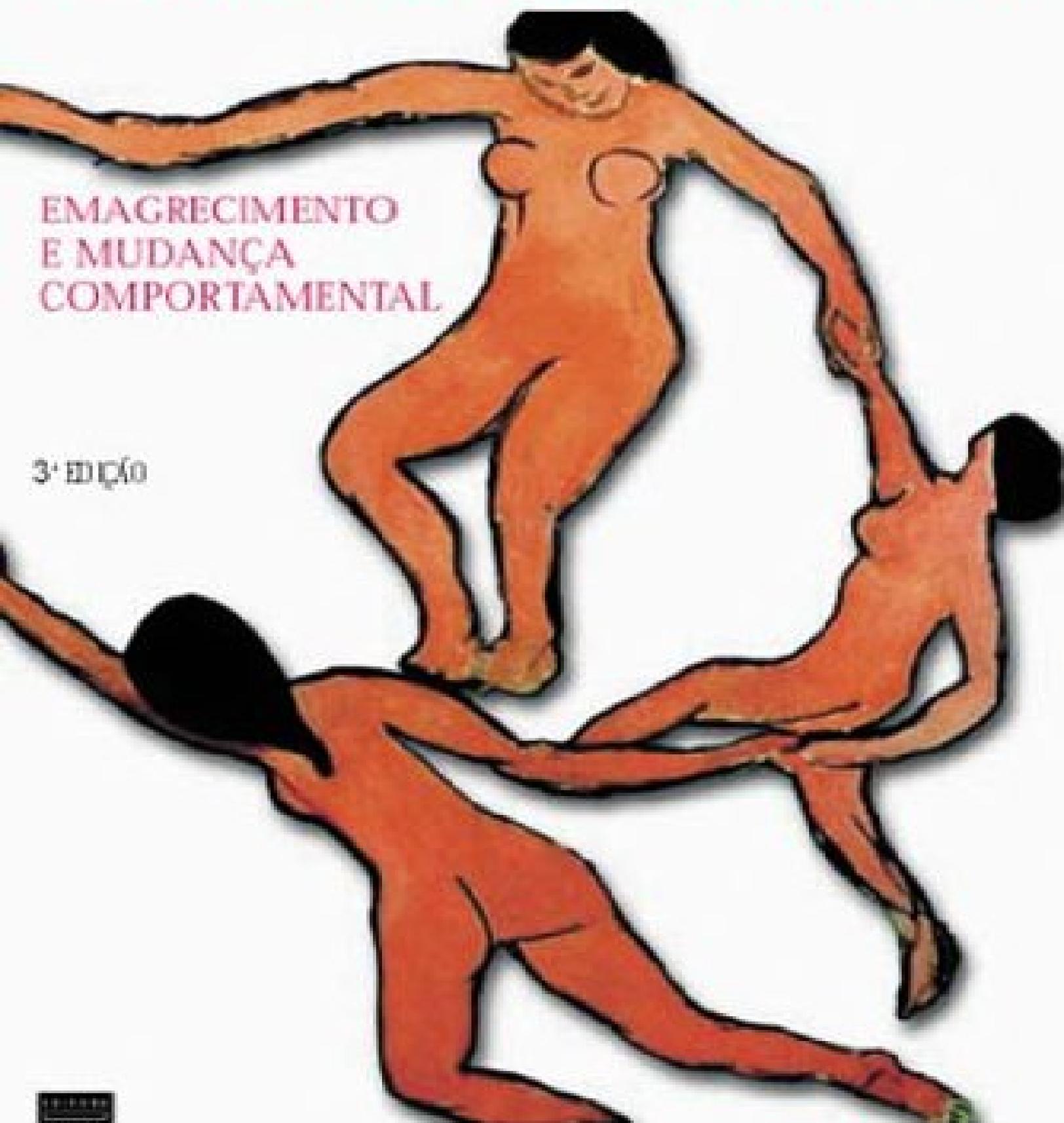


SOLTANDO AS AMARRAS

EMAGRECIMENTO
E MUDANÇA
COMPORTAMENTAL

3ª EDIÇÃO



Karim Khoury

Resumo de Soltando As Amarras

Viver em harmonia consigo mesmo não se limita a atingir o peso ideal. Como esclarece Karim Khoury nessa publicação, o processo envolve sobretudo aprender a se cuidar, alimentar-se sem culpa e reprogramar certas crenças e comportamentos.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)