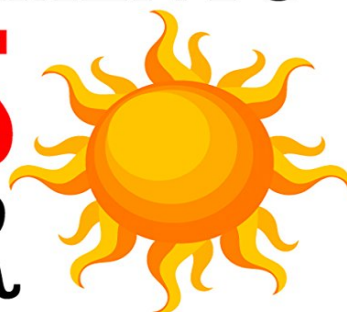


BEST-SELLER

VITAMINA D

COMO UM TRATAMENTO
TÃO SIMPLES
PODE REVERTER
DOENÇAS TÃO IMPORTANTES



PROF. DR. MICHAEL F. HOLICK

• **PREVENÇÃO E TRATAMENTO** •

• Osteoporose • Doença cardíaca • Câncer • Doença autoimune • Depressão
• Insônia • Artrite • Diabetes • Dor crônica • Psoríase • Fibromialgia • Autismo

“Seguir os conselhos sobre vitamina D do dr. Holick é possivelmente a coisa mais importante que você pode fazer para melhorar sua saúde e prevenir muitas doenças crônicas, inclusive o câncer.”

Dr. David Servan-Schreiber, autor de *Anticâncer – Prevenir e vencer usando nossas defesas naturais*

“As informações deste livro podem salvar sua vida. De verdade.”

Dra. Christiane Northrup, autora de *A sabedoria da menopausa*

Resumo de Vitamina D. Como Um Tratamento Tão Simples Pode Reverter Doenças Tão Importantes

Nesta obra, o professor e doutor Michael Holick explica e comprova por que a exposição controlada ao sol, uma dieta com alimentos ricos em vitamina D e exercícios melhoram a qualidade de vida e ajudam a prevenir muitas doenças.

O tratamento proposto pelo dr. Holick pode ser seguido por todos, desde pessoas saudáveis que buscam a prevenção de doenças crônicas até os que precisam se recuperar de algum problema de saúde.

Bastam algumas pequenas mudanças nos hábitos. O livro traz alguns assuntos, como - Qual a relação entre vitamina D, câncer, doenças cardíacas e colesterol; Diagnósticos de fadiga crônica, insônia ou de depressão podem estar relacionados à falta desse hormônio; Como uma "dose" diária de sol pode ajudar a evitar doenças crônicas como diabetes, artrite, esclerose múltipla e outras condições autoimunes, entre outros.

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