



201

SEGREDOS
para uma **VIDA**
SAUDÁVEL

Uma coleção preciosa de **segredos para hábitos saudáveis** escritos por 27 peritos em saúde, incluindo um autor best-selling do *New York Times*, o Doutor em Medicina Don Colbert.

Resumo de 201 Segredos Para Uma Vida Saudavel

Livro de orientações para uma ótima saúde, 201 Segredos para uma Vida Saudável tem informações essenciais para uma vida longa, saudável e feliz, de acordo com os autores recordistas em vendas da Siloam.

Esses médicos profissionais e reconhecidos na área da saúde compartilham seu conhecimento com informações acessíveis que irão ajudar você a viver com saúde. Você descobrirá: - Os sintomas de ataque cardíaco dos quais você pode não estar ciente; - Como redobrar a sua imunidade diante da gripe e dos resfriados; - Formas naturais de retardar o envelhecimento mental e melhorar a memória; - Como evitar a obesidade e o diabetes dedicando alguns minutos do seu dia; - Tratamentos para o câncer que o seu médico pode não ter citado.

Agora é possível ter uma vida saudável de forma simples.

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