PETER J. D'ADAMO com CATHERINE WHITNEY

MESMO AUTOR DE
A Dieta do Tipo Sangüíneo

A DIETA DO TIPO GENÉTICO

SAÚDE, VIDA LONGA E PESO IDEAL PARA SEU TIPO GENÉTICO

A NOVA DIETA DO D'ADAMO

Resumo de A Dieta do Tipo Genético

Com 'A dieta do tipo sanguíneo' e os demais livros que se seguiram, o Dr. Peter J. D'Adamo foi o pioneiro de uma nova e revolucionária abordagem da ciência da nutrição – a única relacionada com o tipo sangüíneo.

Agora, em A dieta do tipo genético, ele conduz sua inesgotável capacidade de pesquisa a um nível superior, identificando seis tipos genéticos únicos – Caçador, Coletor, Professor, Explorador, Guerreiro e Nômade –, e oferece um programa racionalizado que complementa sua estrutura genética para maximizar a saúde e a perda de peso, e para prevenir, ou mesmo reverter doenças.

Sem consultar qualquer médico nem utilizar testes dispendiosos, A dieta do tipo genético revela pontos fortes e fracos até agora ocultos e oferece não só uma dieta adequada, mas um projeto de vida.Baseado em recentes e avançadas pesquisas, este livro é um projeto do século XXI para o bem-estar e a perda de peso, proposto por um renomado pioneiro na área da saúde.

Acesse aqui a versão completa deste livro