

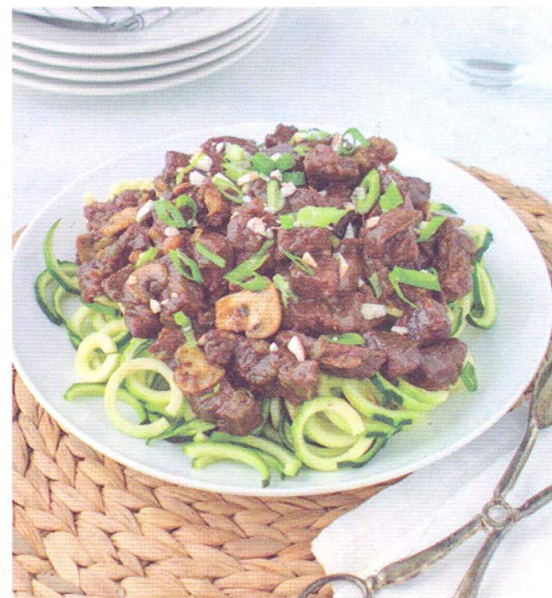


a dieta
revolucionária, que
**REÚNE O
MELHOR DA
ATKINS,
PALEO E
SOUTH BEACH**



LOW CARB

A DIETA CETOGÊNICA



**PARA
PERDER PESO,
REEQUILIBRAR
O ORGANISMO
E AUMENTAR SUA
AUTOCONFIANÇA**

LEANNE VOGEL

 **FARO
EDITORIAL**

**INCLUI PLANOS
DE ALIMENTAÇÃO
COMPLETOS PARA
CADA OBJETIVO**



Resumo de Low Carb: A Dieta Cetogênica

Pegue as principais dietas das últimas duas décadas, acrescente novas pesquisas científicas e você terá a dieta cetogênica: uma revolucionária versão da dieta Low Carb, acrescida de importantes estudos e um programa que privilegia o consumo de alimentos não industrializados e preparados em casa.

Este é o guia completo para uma dieta rica em gorduras. Leanne Vogel – a voz mais respeitada acerca do tema nos Estados Unidos e Canadá – traz sua inovadora abordagem sobre como perder peso e obter mais saúde com um estilo de vida natural, que usa gorduras para nutrir, revigorar e equilibrar o organismo.

Nestas páginas você encontrará uma dieta simples que não fará você gastar mais tempo nem mais dinheiro, e ainda testemunhará a queda de diversos mitos sobre o que faz bem ou mal para a sua saúde.

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