MÉDICOS
NA COZINHA



Médicos na cozinha

Editora dos Editores

CONTEÚDO ORIGINAL

Resumo de Médicos na Cozinha

Médicos na Cozinha é o primeiro livro brasileiro sobra Medicina do Estilo de Vida, ciência que busca orientar, por meio de evidências científicas, sobre as mudanças de hábito afim de prevenir doenças.

A mudança no estilo de vida é a melhor forma de prevenção de doenças, e o objetivo desta obra é levar informação aos profissionais da saúde em diferentes áreas, abordando a importância da qualidade do sono, exercícios físicos, meditação, até desmistificação mitos e verdades envolvidas neste processo.

A publicação conta com 21 capítulos ricamente ilustrados com fotos, gráficos e imagens, receitas e depoimentos dos autores e idealizadores sobre a importância do tema.

Acesse aqui a versão completa deste livro