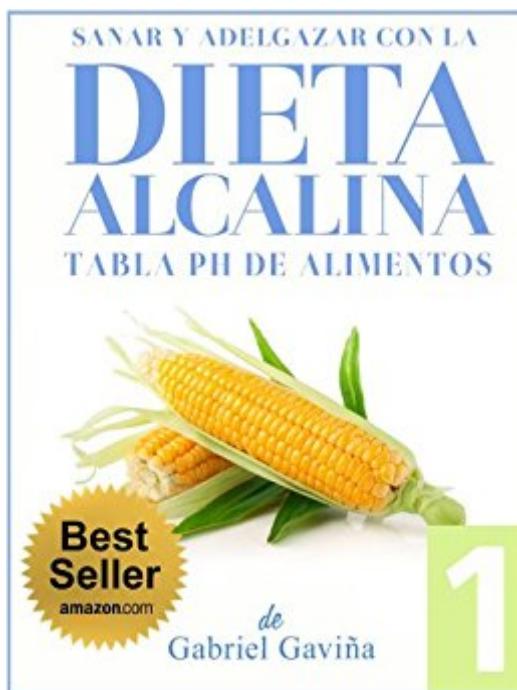


The book was found

Dieta Alcalina 1: Tabla Del PH De Los Alimentos Alcalinos Y Ácidos (Spanish Edition)



Synopsis

La GuÃ-a o Tabla del pH de los Alimentos es una herramienta fundamental para seguir una Dieta Alcalina con facilidad. La Tabla del pH de los Alimentos es el primer documento de una serie de 5 ebooks. Es una guÃ-a del pH de alimentos y los clasifica en 8 niveles de acidez/alcalinidad. Una herramienta fundamental para comenzar a revertir la tendencia que hoy en dÃ-a impera en nuestra vida moderna: una alimentaciÃ-n Ã¡cida. Beneficios al usar la "Tabla del pH de los alimentos" MejorarÃ- la DigestiÃ-n y podrÃ- comer un amplio abanico de alimentos sin pesadez ni hinchazones. EliminarÃ- la Diarrea, el estreÃ-miento, las hemorroides, el colon irritable, la acidez estomacal por lo que podrÃ- ahorrar dinero en medicamentos como antiÃ-Ãcidos, analgÃ-Ãcosicos, laxantes etc. EliminarÃ- toxinas de sus tejidos, Ã rganos y IÃ-quidos equilibrando el pH y llevÃ-ndolo a valores mÃ-s alcalinos. ReducirÃ- el Vientre/Abdomen por lo que conseguirÃ- perder centÃ-metros de cintura y volver a las tallas del pasado. PerderÃ- el Peso Corporal no deseado en caso de tenerlo, y ganarÃ- peso si es demasiado delgado. EliminarÃ- los LÃ-quidos Acumulados los cuales ahora lo âœayudanâ• a disolver la acidez excesiva de su cuerpo. El tipo de alimentaciÃ-n alcalina o Dieta Alcalina que propongo es un perfecto mÃ©todo natural para prevenir las dolencias y enfermedades degenerativas asÃ- como tambiÃ©n le ayudarÃ- a bajar de peso como consecuencia de un retorno al pH en equilibrio de su terreno interior y sus IÃ-quidos. Sabemos que la sangre debe permanecer con valores muy cercanos al 7,35 de pH y tiene mecanismos extraordinarios (llamados Buffer) para poder lograrlo. Pero son los tejidos, Ã rganos y IÃ-quidos los que lentamente se acidifican e intoxican creando con el tiempo un ambiente interno propicio para la apariciÃ-n de las enfermedades y el sobrepeso. La Tabla del pH de los Alimentos contiene:--> mÃ-s de 250 alimentos clasificados--> 15 categorÃ-as de alimentos--> A cada uno de ellos se le ha adjudicado un valor entre 1 y 8--> A cada uno de ellos se le ha adjudicado un color. El color y el valor identifican claramente y con solo vistazo el nivel de pH que el alimento tiene. Es una medida de la influencia y tendencia que tiene el alimento despuÃ©s de ser ingerido, y no antes de ello. Pues lo que interesa verdaderamente es que efecto (acido o alcalino) tendrÃ- sobre nosotros. Es decir, que tipo de âœcenizasâ• nos dejarÃ- una vez digerido. Los Alimentos estÃ-án clasificados en las siguientes

categorÃ-as: Frutas, Vegetales, RaÃ-ces, Aceites, LÃ-cteos, Semillas, Brotes, Carnes, Legumbres, Cereales, Especias, TerapÃ-Ãuticos, Etc. Esta no es una de las dietas para adelgazar rÃ-pidamente ni pertenece a la categorÃ-a de dietas rÃ-pidas. Si queremos clasificarla en una categorÃ-a deberÃ-amos colocarla dentro de las dietas equilibradas que nos ayudan a recobrar el peso ideal de manera natural. TambiÃ©n dentro de las llamadas dietas sanas y de las dietas para adelgazar. Tiene

teorÃ-a relacionada con la dieta disociada.SOBRE EL AUTOR:Gabriel GaviÃ-a - Lic. en Medicina China / Diplom. en DietÃ©tica y NutriciÃ-n Humana. Fue deportista profesional en los 80/90. ViviÃ-en China donde trabajÃ-como residente en el Hospital Dong Zhi Men de PekÃ-n. PadeciÃ-Fibromialgia / Fatiga CrÃ-nica durante aÃ-os y se ha recuperado usando sus propios mÃ©todos.

Book Information

File Size: 2171 KB

Print Length: 22 pages

Simultaneous Device Usage: Unlimited

Publisher: MUYBIO.COM; 1.1 edition (January 11, 2013)

Publication Date: January 11, 2013

Sold by:Â Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00B0GU74W

Word Wise: Not Enabled

Lending: Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #196,949 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #54
inÂ Books > Libros en espaÃ±ol > Salud, mente y cuerpo > NutriciÃƒn #56 inÂ Books >
Libros en espaÃ±ol > Salud, mente y cuerpo > Dietas y Perdida de Peso #75 inÂ Kindle Store >
Kindle eBooks > Health, Fitness & Dieting > Diets & Weight Loss > Food Counters

Customer Reviews

"En esta tabla tendrÃ¡s una guÃ-a bastante completa sobre que alimentos usar si quieres seguir una dieta alcalina. No esperes encontrar la teorÃ-a. La teorÃ-a estÃ¡ en los otros libritos de la serie. Por cierto, el nÃºmero 2 es de imprescindible lectura. En Ã©ste nÃºmero 1 ademÃ¡s hay un enlace para poder descargar gratis una Tabla que trae las 250 imÃ¡genes de los alimentos con lo que puedes identificarlos fÃ;jilmente aunque por el nombre no lo conozcas. Yo ya la tengo en mi ordenador e impresa en la nevera. ConclusiÃ-n: Recomendada."

Un tema muy interesante y para mÃ- novedoso, sobre el PH en la sangre (acidÃ©s o alcalinidad) que influye en el desarrolo de enfermedades. Importante para los que nos gusta buscar maneras naturales para conservar nuestra salud.

Es una lista de alimentos que estÃ¡n catalogados segÃ³n una clasificaciÃ³n de alcalinidad/acidez.

Lo mejor, que dentro tiene un link para descargarse gratis la lista con todas las fotos! Creo que solamente con esta informaciÃ³n ya se podrÃ¡ a seguir una dieta alcalina. Me gusta la teorÃ¡ a y creo que es de mucho sentido comÃ³n sobretodo. Tiene referencias y a travÃ©s del Ãndice de contenidos puedes ir directo a cada categorÃ¡ a. La consulto casi todos los dÃ¡as. Para mÃ—...una gran compra por el precio que tiene.

Este libro contiene solamente el nivel de alcalinidad de los alimentos, y al menos deberÃ¡ tener lo del libro 2. Esto es meramente mercadeo... Aclaro el libro no es malo pero puede ser mejor.

la verdad es que esperaba un poco mas de lo que traia, la informacion que contiene es muy poca, se encuentra mucho mas en internet gratis, asi que no creo que sea necesario comprarlo, lo siento pero es mi opinion

No me aportÃ© mucho. Hay q comprarlos todos. DeberÃ¡ ser un sÃ¡lo libro ya q uno sin los otros no tiene sentido, asÃ— q creo q una maniobra comercial y me siento un poco engaÃ±ada

Informacion muy interesante para evaluar la forma en que nos alimentamos en busca de mejorar nuestra salud y llevarnos a continuar buscando esa informacion.

Realmente es solo una tabla y no me parece tan dinÃ¡mica . Hay que comprar los libros siguientes para que toda esta tabla tenga sentido leerla.

[Download to continue reading...](#)

Dieta Alcalina 1: Tabla del pH de los Alimentos Alcalinos y Ãƒcidos (Spanish Edition)

TecnologÃ¡a de los alimentos. Vol. I: Componentes de los alimentos y procesos: Vol.1 (Ciencias quÃƒmicas. TecnologÃ¡a bioquÃƒmica y de los alimentos) (Spanish Edition)

TecnologÃ¡a de los alimentos. Vol. II: Alimentos de origen animal: Vol.2 (Ciencias quÃƒmicas.

TecnologÃ¡a bioquÃƒmica y de los alimentos) (Spanish Edition) Tabla del indice glucemico de los alimentos (Spanish Edition) Dieta Alcalina 2: Fundamentos BÃƒsicos para bajar de peso y sanar con el Equilibrio del pH (Spanish Edition) Sexy en 7 DÃ¡as: Dieta Saludable Para Bajar De Peso (Dietas, Dieta Paleo, Dieta HCG) (Spanish Edition) Dieta Alcalina 4: Las Mejores Recetas Alcalinas | Exquisita Cocina casi Vegetariana (Spanish Edition) Historia Antigua De Los Egipcios, de Los Asirios, De Los Babilonios, De Los Medos Y De Los Persas, De Los Macedonios, De Los

Griegos, De Los Cartagineses Y De Los Romanos... (Spanish Edition) Tabla de alimentos para diabeticos (Spanish Edition) Historia Antigua de Los Egipcios, de Los Asirios, de Los Babilonios, de Los Medos y de Los Persas, de Los Macedonios, de Los Griegos, de Los Cartagine (Spanish Edition) La dieta canina de alimentos crudos (Spanish Edition) La Dieta Anti-Inflamatoria: El Rol De La Dieta Y Enfermedades CrÃficas (Spanish Edition) Los remedios para la Diabetes de la Dama de los Jugos: Recetas de jugos, batidos y alimentos orgÃnicos para una salud Ãptima (Spanish Edition) El fascinante mundo del tabla (Spanish Edition) Introduccion a la Toxicologia de Los Alimentos (Spanish Edition) Los alimentos de la granja (El mundo de la granja) (Spanish Edition) BiotecnologÃa en todos lados: en los alimentos, la medicina, la agricultura, la quÃmica... Ãy esto reciÃn empieza! (Ciencia que ladra... serie CIÃjsica) (Spanish Edition) Salud Por Los Alimentos / Healthy Foods (Nuevo Estilo De Vida / New Lifestyle) (Spanish Edition) Los Alimentos Que Curan (Spanish Edition) Comer atentos (Mindful Eating): GuÃa para redescubrir una relaciÃn sana con los alimentos (Spanish Edition)

[Dmca](#)