



Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética)

Eva Campos

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética)

Eva Campos

Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) Eva Campos

“Si tienes sobrepeso tienes un tesoro, porque vas a poder conocerte, amarte y crear.” Esta es la premisa de “Alicia en el país de las rosquillas”, el nuevo libro de Eva Navarro Campos, la conocida autora y coach especializada en temas de sobrepeso. Eva, que perdió en su día setenta kilos y no ha vuelto a recuperarlos, se basa en sus propias experiencias para abordar el problema del sobrepeso desde una perspectiva radicalmente nueva y constructiva. Los kilos de más, afirma la autora, nos brindan una oportunidad mágica para explorar el país de las maravillas particular de cada cual, un viaje de autoconocimiento en el que la meta –deshacerse del sobrepeso– no es tan importante como el viaje en sí: destapar todas esas razones que nos llevan a comer para descubrir la esencia de lo que somos, de lo que queremos y de lo que realmente nos hace felices. A partir de ese momento, comer de una forma sana y saludable se convertirá en algo lógico y natural. Una herramienta prodigiosa para cambiar las rosquillas por maravillas y disfrutar, por fin, de la vida y el cuerpo que siempre hemos soñado.

Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) Details

Date : Published November 4th 2013 by Urano

ISBN :

Author : Eva Campos

Format : Kindle Edition 224 pages

Genre :



[Download Alicia en el país de las rosquillas: 1 \(Nutrición y d ...pdf](#)



[Read Online Alicia en el país de las rosquillas: 1 \(Nutrición y ...pdf](#)

Download and Read Free Online Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) Eva Campos

From Reader Review Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) for online ebook

Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Alicia en el país de las rosquillas: 1 (Nutrición y dietética) Eva Campos books to read online.