



T. Colin Campbell

Whole. Vegetale e Integrale

Ripensare la Scienza della Nutrizione

Macro Edizioni

Collana: Salute e Alimentazione

Isbn: 9788862296274

Pagine: 320– **Prezzo:** €18,50

Disponibile da: Settembre 2014 [*anche in versione eBook*]

Dopo **The China Study**, il dott. T. Colin Campbell pubblica questo suo nuovo libro che è possibile definire, senza dubbi, provocatorio.

Campbell è uno scienziato che ha alle spalle una lunga carriera nella ricerca sperimentale e nelle politiche alimentari: in questo libro rivela come e perché in tema di cibo e salute regni la più totale confusione e indica le strade da percorrere.

The China Study ci ha svelato *cosa* mangiare; **Whole - Vegetale e Integrale** ci dice *perché*.

Ci sono ben poche svolte sostanziali nella vita, ma questo libro è davvero una fra queste. Le informazioni che contiene – sostenute da straordinarie ricerche revisionate da esperti – possono riuscire ad arrestare e a far regredire la malattia, a fornire un'energia mai conosciuta prima e a far iniziare un percorso di trasformazione pieno di risvolti positivi.

Con **Whole - Vegetale e Integrale**, in particolare, Campbell mette a punto un paradigma superiore che illustra una filosofia, quella *olistica*, a cui la medicina deve ispirarsi per arrivare a offrire soluzioni illuminate. Il libro è una triangolazione concettuale e delinea il passato, il presente e i prossimi passi decisivi nel futuro della biochimica, della nutrizione umana e della medicina.

Il libro è suddiviso in quattro parti:

la prima offre informazioni più dettagliate sugli studi condotti dal Campbell sull'alimentazione a base di alimenti vegetali e integrali

La seconda parte analizza i motivi per cui è così difficile per molti cogliere le implicazioni per la salute di questa ricerca.

La terza parte prende in considerazione le forze economiche che avvalorano e sfruttano questa “non conoscenza” a vantaggio nella ricerca del successo finanziario.

Nella parte finale, Campbell indica ciò che è necessario fare affinché le cose cambino davvero.

Gli stessi argomenti del libro, sono trattati e illustrati direttamente da Campbell nel **Dvd omonimo** (Macro Video, euro 18,50), realizzato in occasione del suo seminario svoltosi a Vicenza.