

Buona caccia a tutti! di Adrian Schulte



Buona caccia a tutti!

di Adrian Schulte

Macro Edizioni, pagg. 200, € 14,50

Qualcuno lo chiama il “secondo cervello” (e se si affiancano le immagini la somiglianza è innegabile), di sicuro il nostro intestino è un organo fondamentale per il nostro benessere. Eppure parlarne mette sempre un po’ in imbarazzo.

Un peccato, perché tra scarsa conoscenza del suo funzionamento e una serie di comportamenti sbagliati, la salute del nostro «hard disk viscerale» non è

sempre impeccabile. Diverticolite, colon irritabile, infiammazioni sono i disturbi più lamentati, per non parlare delle patologie più serie.

Scoprire quello che succede nel nostro corpo, e influenzare il processo naturale attraverso l'alimentazione (mangiamo troppo!) è l'obiettivo del dottor Adrian Schulte, medico e naturopata. Che per farsi capire da tutti in questo manuale «sdogana» i termini e promette di fare un passo avanti per raggiungere il benessere psico fisico.