

image not found or type unknown



Fecha de publicació:

01/01/2008

Sello Editorial:

Columna Edicions

Contacto de prensa

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 86 71

Email: nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email: andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

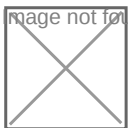
Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Directora de marketing i comunicació AIG: Marta Oliva i Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com

image not found or type unknown



El mètode de la dra.Folch

Montse Folch

Amb aquest mètode aprendràs a perdre pes menjant bé, a gaudir de plats sans i apetitosos sense posar en risc la teva salut i, sobretot, a millorar la teva qualitat de vida.

Amb aquest mètode aprendràs a perdre pes menjant bé, a gaudir de plats sans i apetitosos sense posar en risc la teva salut i, sobretot, a millorar la teva qualitat de vida.

Les dietes miraculoses, dràstiques, de xoc o de combinacions màgiques que prometen perdre pes de manera ràpida i sense esforç impedeixen, en realitat, dominar la bàscula. En el 95% dels casos, aquests intents es converteixen en un gran fracàs perquè els quilos perduts es recuperen amb molta facilitat. A més a més, aquestes dietes constitueixen una autèntica pèrdua de temps i de diners i poden provocar greus problemes de salut.

En aquest llibre, la Dra. Montse Folch, reconeguda professional especialista en nutrició i directora d'una prestigiosa consulta mèdica a Barcelona, ofereix un programa eficaç i provat científicament que evita les privacions, ensenya a menjar de manera equilibrada, permet perdre pes i, el més important, aconseguir mantenir-lo.

El mètode Folch inclou un programa complet per a la pèrdua, control i manteniment de pes, més de cinquanta receptes gustoses i nutritives per seguir el pla d'aprimament, consells per menjar lleuger en restaurants de tots tipus i l'índex glucèmic de tots els aliments.

Montse Folch

Montse Folch és una metge nutricionista amb més de vint anys d'experiència clínica. L'any 2003, l'Institut Vila-Rovira de Cirurgia Plàstica i Estètica del Centre Mèdic Teknon de Barcelona, el Departament de Nutrició dirigeix la doctora Folch, va introduir al nostre país el mètode Transformation (Houston, EE. UU.), basat en la teràpia enzimàtica i els seus efectes beneficiosos per al benestar.

Ara, per primera vegada, la doctora Folch exposa el mètode de complements enzimàtics que porta anys prescrivint a la seva consulta perquè gaudeixis d'una vida saludable i ajornis els efectes de l'envelliment.