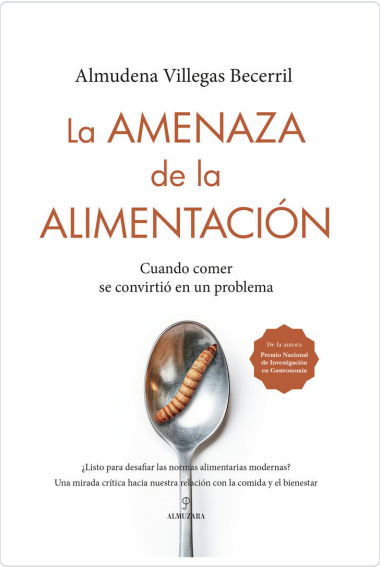
AMENAZA DE LA ALIMENTACION, LA



Editorial	ALMUZARA
Materia	<Genérica>
Colección	FONDO
EAN	9788410521803
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	2216x220x mm.
Precio (Imp. inc.)	19,95€

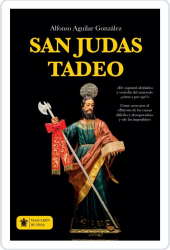
VILLEGAS BECERRIL, ALMUDENA

SINOPSIS

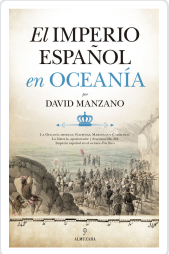
En un mundo en el que el acto aparentemente simple de comer se ha convertido en un laberinto de decisiones y elecciones complejas ¿Cómo podemos recuperar unas pautas alimentarias saludables e inteligentes? La autora nos guía en un sagaz análisis sobre las causas que nos han conducido a este punto crucial en nuestra relación con la comida. Desde tiempos inmemoriales, el ser humano ha sabido encontrar en la naturaleza los alimentos necesarios para mantenerse vivo y saludable. Hoy, sin embargo, nos enfrentamos a una realidad en la que la comida procesada y los productos industriales han distorsionado este equilibrio ancestral. ¿Seremos capaces de discernir entre lo que es verdaderamente nutritivo y lo que es sólo un espejismo perjudicial? Con una mirada crítica, Almudena Villegas nos invita a cuestionar las prácticas alimentarias modernas y a reconectar con la sabiduría de nuestras raíces culinarias. Nos recuerda la importancia del convivium, ese tiempo compartido alrededor de una mesa en la que además de la gastronomía se suscitan ideas y se genera comunicación. La amenaza de la alimentación es un libro que invita a la reflexión y a la acción. Es una auténtica guía para encontrar el camino hacia una alimentación consciente, saludable y feliz. ¿Está listo para embarcarse en este viaje hacia una vida más plena, consciente, culta y satisfactoria ...

Títulos relacionados

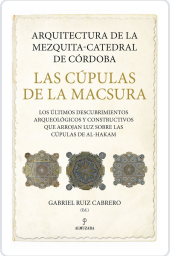
La Luz del arameo
Vicente Haya



SAN JUDAS TADEO
ALFONSO AGUILAR GONZALEZ



IMPERIO ESPAÑOL EN OCEANIA
DAVID MANZANO COSANO



ARQUITECTURA DE LA MEZQUITA-CATEDRAL DE CORDOBA. LAS CUPULA
RUIZ CABRERO, GABRIEL