

Nutrire il cervello



Come proteggerlo con i suggerimenti della Nutraceutica

Valutazione: Nessuna valutazione

Prezzo
12,00 €

[Fai una domanda su questo prodotto](#)

Autore [Silvana Hrelia](#)

Descrizione

Utilizzando le più recenti conoscenze nel campo della Nutraceutica - la scienza che si occupa della tutela della salute attraverso gli alimenti e le loro proprietà specifiche - questo volume è dedicato alle malattie neurodegenerative e alla loro prevenzione tramite l'assunzione di particolari alimenti che possono essere considerati, per i loro effetti benefici, alla stregua di veri e propri farmaci (farma-alimenti appunto). Tè verde, cioccolato, curcuma, noci, olio d'oliva, pomodoro (solo per citarne alcuni): a ognuno di essi viene dedicato un capitolo, breve ed esaustivo, in cui se ne descrivono le caratteristiche nutrizionali e in particolare le proprietà "speciali" che li rendono efficaci sul cervello.