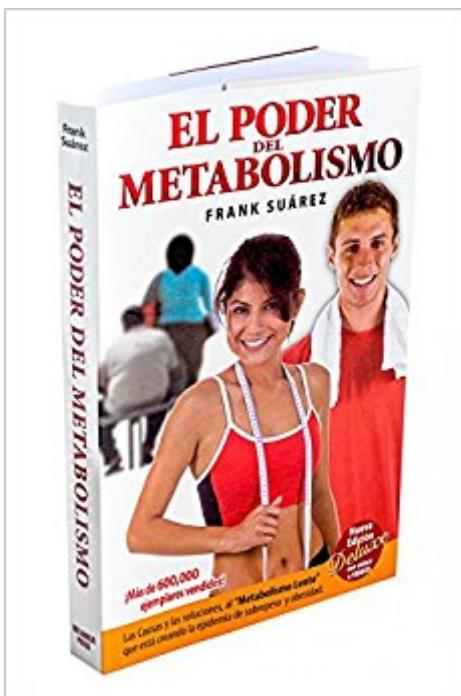


The book was found

# El Poder Del Metabolismo - EdiciÃ³n Deluxe Con Enlace A VÃ-deos- Sobre 500,000 Ejemplares Vendidos - Mas Que Una Dieta, Un Estilo De Vida - Aprenda A Bajar De Peso Sin Pasar Hambre (Spanish Edition)



## **Synopsis**

El Libro Que Ha Revolucionado El Tema De Bajar De Peso Mas Que Una Dieta Un Estilo De Vida  
En un mundo de controversias en el tema de la obesidad, El Poder del Metabolismo registra las tecnicas y factores que ayudan a recuperar el metabolismo, basadas en EXPERIENCIA Y OBSERVACIONES de lo que ha funcionado en mas de 25,000 personas. Las tecnicas para bajar de peso de forma natural vienen descritas en este Best-Seller de Puerto Rico. Los temas incluyen una dieta con la que se puede vivir, por que las grasas no son las culpables de la obesidad, la diferencia entre bajar de peso y adelgazar, los alimentos que son fuentes de energia para el metabolismo, el hongo candida albicans, entre otros. El libro define las causas y soluciones al problema del metabolismo lento que tiene algunos haciendo "dieta de por vida" mientras otros son "flacos" coman lo que coman. Por lo tanto se concluye que bajar de peso no tiene que ver solo con lo que usted come. El autor, un especialista en obesidad y metabolismo, ha incluido recomendaciones especiales para personas con diabetes o hipotiroidismo. Tome Control Sobre Su Cuerpo y Su Metabolismo Ya!

## **Book Information**

Paperback: 386 pages

Publisher: Metabolic Press; Deluxe with DVD edition (October 10, 2012)

Language: Spanish

ISBN-10: 0988221810

ISBN-13: 978-0988221819

Package Dimensions: 8.9 x 6 x 1 inches

Shipping Weight: 1.4 pounds (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.7 out of 5 stars 236 customer reviews

Best Sellers Rank: #20,849 in Books (See Top 100 in Books) #18 in Books > Health, Fitness & Dieting > Men's Health #68 in Books > Health, Fitness & Dieting > Women's Health > General #141 in Books > Libros en espaÃƒÂnol

## **Customer Reviews**

Todo el que desee bajar de peso debe leerse este libro, yo nunca he sido obeso pero si estaba pasado en algunas libras de mi peso ideal y en dos meses logre bajar 16 libras y bajar de la talla 36 a la 32. Definitivamente los consejos del libro son magnificos, lo recomiendo 100%. --Miguel ArtilesLuego de batallar por tanto tiempo (largo tiempo) con dietas, ejercicios y luego de enfermarme del corazon, en un viaje una amiga me recomendo el libro. Ella ha perdido 120

libras..No es una dieta . Es un modo de vida y creanme..pase dos dias leyendo, lo cual no es algo que acostumbro. Ya tengo dos tallas menos en pantalon y lo que le llamamos los rollos en la cintura casi ni los veo. La gente en el trabajo a mi esposo y a mi pues ambos estamos haciendo lo que el libro nos recomienda, hemos recibido muchisimos alagos por el cambio que ven..no tan solo en la figura pero en la energia y en la actitud...Un libro que todo el mundo debe leer,.. --Yuriel libro es muy interesante y tiene palabras simples para entender el problema de obesidad.definitivamente este libro es recomendable siempre que se recuerde el ejercicio y como el libro recomienda tratar de comer las alternativas mas saludables en cada grupo.Mi exito mas grande ha sido controlar el hambre y los cravings de una manera en que puedo manejarlos. tengo 20 anos de experiencia como farmaceutica trabajando para diabeticos. este libro tiene mas logica que todo lo que hemos estado diciendo a los pacientes desde el punto de vista medico. mi poblacion es controlada y por 20 anos conozco pacientes que engordan y engordan y cada vez toman mas y mas medicamentos. esto a pesar de que la clinica es agresiva en cuidado comprensivo y educacion con nutricionistas. Yo sabia que algo andaba mal pues el rate of success de nuestros pacientes es sumamente pobre para todo el esfuerzo medico que se les provee. yo soy diabetica y por un ano he batallado pues no quiero tomar medicamentos, y ahora ya he rebajado unas 6 libras en unos 12 dias y todavia no he terminado el libro. solo hago ejercicio por 30 min al dia, llegando a mi "goal heart rate" light to moderate(caminar). en mi reciente viaje a Puerto Rico conoci personas que han tenido un gran exito con este sistema. todavia tengo un par de "concerns" pues no entiendo como incorporar las frutas y me preocupa el colesterol. por ahora estoy usando el glucometro para verificar esta teoria y si funciona. excepto que en KFC la ensalada cole slaw no es slimming como el libro estipula. voy a continuar el proceso y a terminar el libro. llame a la clinica y ellos ofrecen respuestas. le voy a pedir a mi medico que mida mi colesterol y A1c para tener una idea del impacto en mi salud.este sistema no es una varita magica, pero hasta el momento es lo mas cercano y puedo utilizar mi propio cuerpo para quemar grasa y controlar mi azucar, sin necesidad de medicamentos. la verdad mas critica que expone es que los carbohidratos refinados y la azucar son nuestro peor enemigo.

--Okierican

Frank Suarez, Especialista en Obesidad y Metabolismo, reside en San Juan, Puerto Rico donde continua sus investigaciones como Director del sistema Natural Slim. ComenzÃ  su trabajo de investigador en el Ã¡mbito de rebajar por una necesidad de cambiar su vida y su salud. Logro vencer su propia obesidad y se dedica a ayudar a otros a lograr lo mismo de una manera natural y saludable. La libreria Borders de Puerto Rico categorizo el libro EL Poder del Metabolismo como

Best Seller y nombro a Frank Suarez el autor numero uno de enero del 2007 a junio del 2007. Certified Wellness & Nutrition Educator, Miami Medicine University, Florida Member of: The American International Association of Nutritional Education (AIANE), Member of: American Obesity Society Washington, D.C. Executive Director of the Natural Slim System San Juan, P.R. President of the RelaxSlim System Clearwater, Florida, Author of the book: The Power of Your Metabolism

THANKS

so far so good

Very good

Didn't like it at the end. Good information but you need to take so many suplements that made me feel was just a bussiness

Very good, excelent book. Todos lo deberÃ- an leer.

good reading

Un libro muy educativo y lo mejor entendible. He aprendido mucho sobre la relaciÃ n entre la diabetes, el colesterol, triglicÃ©ridos, tiroides, metabolismo lento y como poder mejorar nuestra salud sabiendo como alimentarnos, conociendo a quÃ© alimentos somos intolerantes y mucho mÃ¡s.

Excellent book! I wish I had bought it before finally found out what was going with my body and what types of food to avoid in order to increase my metabolism. Book arrived before time and it came with a Dvd

[Download to continue reading...](#)

El Poder del Metabolismo - EdiciÃƒÂn Deluxe con enlace a vÃƒÂ-deos- Sobre 500,000 Ejemplares Vendidos - Mas que una Dieta, un Estilo de Vida - Aprenda a Bajar de Peso Sin Pasar Hambre (Spanish Edition) Recetas Para Activar el Metabolismo y Para Bajar de Peso sin Hacer Dieta: Descubra los Mejores Tips Para Activar el Metabolismo y Pierda Peso sin Pasar Hambre Ahora (Spanish Edition) La limpieza cetogÃ©nica de 10 dÃƒÂas: El metabolismo que su cuerpo

necesita para quemar grasas (dieta keto, dieta rica en grasas, dieta cetogénica para la ... de grasa, cetogénica) (Spanish Edition) Cómo acertar todas las preguntas sobre Gestión del Valor Ganado en el Examen PMP®: (+50 Preguntas Tipo Examen PMP® con Soluciones sobre la Gestión del ... del Examen PMP nº 1) (Spanish Edition) Minimalismo: Simplifica tu vida, organízate con eficacia y descubre por qué menos es más con una vida minimalista (Spanish Edition) Dieta Cetogénica: 40 recetas seleccionadas para perder peso extremadamente rápido y mejorar tu salud. Aprendiendo a cocinar la dieta cetogénica (Spanish Edition) South Beach Diet Guía- a para principiantes y libro de cocina: El plan de dieta infalible para finalmente perder peso que no puede y no fallarás (South Beach Diet - Spanish Edition) Algeria, Algeria 1:1 000 000: Alger, Oran, city map 1:12 500, Constantine city map 1:10 000, vicinity of Alger 1:300 000, administrative map 1:6 000 ... Karte der Verwaltungseinteilung 1:6 000 000 Una 2a edición de Sopa de Pollo para el Alma del Adolescente: Más relatos sobre la vida el amor y el aprendizaje (Chicken Soup for the Soul) (Spanish Edition) 50 MEJORES RECETAS DE ENSALADAS Para Bajar de Peso y Desintoxicar el Cuerpo: Deliciosas Recetas Fáciles y Saludables (Spanish Edition) Varios consejos que te ayudan a Correr: Running como estilo de vida (Spanish Edition) Diccionario bíblico del estudiante -> Edición revisada y ampliada: ¡El best seller de 750.000 ejemplares aún mejor! / Te ayudarás a entender las ... de las Escrituras (Spanish Edition) Comentario bíblico con aplicación NVI Gálatas: Del texto bíblico a una aplicación contemporánea (Comentarios bíblicos con aplicación NVI) (Spanish Edition) Juntos para toda la vida: Una preparación para la celebración del matrimonio (Celebrar Y Vivir El Sacramento Del Matrimonio) (Spanish Edition) la cenicienta el gato con botas la bella durmiente del bosque y muchos cuentos más (Spanish Edition) Cómo Curar la Caries Dental Con la Dieta del Paleo-típico (Spanish Edition) Todo lo que hay que saber sobre el vino: Cepajes, maridajes y degustaciones (Spanish Edition) ¡Qué rico! Todo lo que hay que saber sobre la comida (Las Tres Edades / Nos Gusta Saber) (Spanish Edition) No sufras por la pubertad / Do Not Suffer Through Puberty: Respuestas a todas las preguntas sobre tu cuerpo que no te atreves a plantear (Una Guía Para Jóvenes) (Spanish Edition) Diálogos Sobre La Utilidad De Las Medallas Antiguas, Principalmente Por La Conexión Que Tienen Con Los Poetas Griegos Y Latinos... (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

FAQ & Help