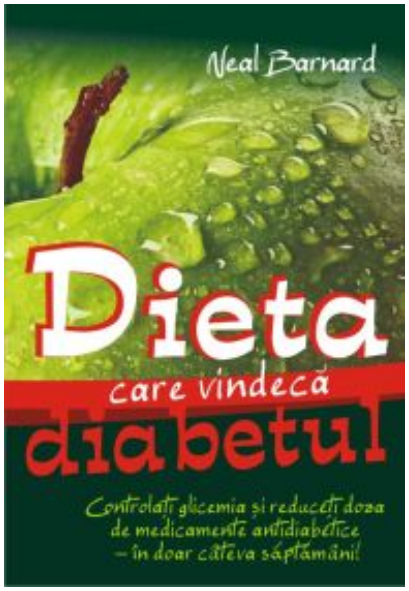
Scris de Administrator
Marţi, 03 Ianuarie 2012

Titlu:
DIETA CARE VINDECA DIABETUL



Autor(i):

- **Dr. Neal Barnard**

Editura: ALL

An aparitie: 2011 (prima editie)

Nr. pagini: 296 pagini

Prezentare:

Controlati glicemia si reduceti doza de medicamente antidiabetice in doar cateva saptamani!

Programul dietetic pe care il veti gasi in aceasta carte este destinat nu numai imbunatatirii raspunsului insulinic, ci si redresarii disfunctiei insulinice. Urmand acest program va veti schimba stilul de viata, veti putea controla nivelul glicemiei si chiar veti putea renunta la medicatie in doar cateva saptamani.

Dieta se bazeaza pe mese regulate de-a lungul zilei, care sa contina legume, fructe, cereale integrale si leguminoase. Veti gasi indrumari de ultima ora alaturi de retete delicioase care va vor ajuta sa va stabilizati glicemia si sa va imbunatatiti starea de sanatate in general. Dr.

Neal Barnard este profesor asociat de medicina la George Washington University School of Medicine (S.U.A.) si cercetator renumit in domeniul diabetului zaharat.

Cuprins:

Multumiri
Introducere. O noua abordare a diabetului

Partea intai. REALIZARI

CAPITOLUL 1. Principiile de baza s-au schimbat
CAPITOLUL 2. Inversarea sensului evolutiei diabetului de tip 2
CAPITOLUL 3. O revolutie in diabetul de tip 1

Partea a doua. PROGRAMUL

CAPITOLUL 4. Un nou meniu remarcabil
CAPITOLUL 5. Cum sa incepeti
CAPITOLUL 6. Controlul greutatii corporale
CAPITOLUL 7. Cum sa urmariti progresele
CAPITOLUL 8. O dieta perfecta intr-o lume imperfecta
CAPITOLUL 9. Rezolvarea problemelor
CAPITOLUL 10. Ce suplimente ar trebui sa luati?
CAPITOLUL 11. Exercitii pentru restul dintre noi

Partea a treia. SANATATE COMPLETA

CAPITOLUL 12. O inima sanatoasa
CAPITOLUL 13. Nervi, ochi si rinichi sanatosi

Scris de Administrator
Marţi, 03 Ianuarie 2012

CAPITOLUL 14. Informatii pentru doctori si asistente medicale

MENIURI SI RETETE

ANEXA 1. Medicamente antidiabetice

ANEXA 2. Ingrediente care ar putea fi noi pentru dumneavoastra

NOTE

INDEX

Adresabilitate:

Medici practicieni de diferite specialitati, nutritionisti, publicul larg.

Pentru a cumpara cartea vedeti Editura ALL .

Prezentari video cu Dr. Neal Barnard si Dr. Gabriel Cousens

Vindecarea Diabetului prin alimentatie Vegana (alimentatie Vegetariana 100%) - A Cure for Diabetes through Veganism: In-Depth with Drs. Neal Barnard & Gabriel Cousens - Part 1

{youtube}0viz3jej1w0{/youtube}
HEALTHY LIVING-A Cure for Diabetes through Veganism: In-Depth with Drs. Neal Barnard & Gabriel Cousens - Part 1, Episode: 641, Air Date: 16 - June - 2008

Vindecarea Diabetului prin alimentatie Vegana (alimentatie Vegetariana 100%) - A Cure for Diabetes through Veganism: In-Depth with Drs. Neal Barnard & Gabriel Cousens - Part 2

{youtube}hoqi_io6WDo{/youtube}

HEALTHY LIVING-A Cure for Diabetes through Veganism: In-Depth with Drs. Neal Barnard & Gabriel Cousens - Part 2, Episode: 641, Air Date: 16 - June - 2008

Combaterea epidemiei de Diabet - Tackling the Diabetes Epidemic - Dr. Neal Barnard

{youtube}YWUu-tEhjHQ{/youtube}
This weeks Food for Life TV episode, Tackling the Diabetes Epidemic, is the first of a four-part series during Diabetes Awareness Month. Dr. Barnard discusses the causes of type 2 diabetes and the current diabetes epidemic. He also outlines a healthy plant-based menu that will help you prevent and reverse type 2 diabetes.

Ciocolata, Branza, Carnea, si Zaharul - Dependenta Fizica | Chocolate, Cheese, Meat, and Sugar - Physically Addictive

{youtube}5VWi6dXCT7I{/youtube}
Neal Barnard MD discusses the science behind food additions. Willpower is not to blame: chocolate, cheese, meat, and sugar **release opiate-like substances (opium, morphine, codeine, heroin)** . **Dr. Barnard also discusses how industry, aided by government, exploits these natural cravings, pushing us to eat more and more unhealthy foods** . A plant-based diet is the solution to avoid many of these problems. Neal Barnard is the founder of the Physicians Committee for Responsible Medicine (PCRM).

Dr. Neal Barnard discuta despre stiinta din spatele produselor alimentare care dau dependenta. Vointa nu este de vina: ciocolata, branza, carnea, zaharul **elibereaza substante asemanatoare opiaceelor (opiu, morfina, codeina, heroina). Dr. Barnard discuta, de asemenea, modul in care industria, ajutata de guvern, exploateaza aceste pofte naturale, impingandu-ne sa mancam alimente mai multe si mai nesanatoase**
. O dieta bazata pe plante este solutia pentru a evita multe dintre aceste probleme. Neal Barnard este fondator al Comitetului Medicilor de Medicina Responsabil (PCRM).

Dr. Neal Barnard: Mancand Corect pentru a Supravietui (Vindecarea) Cancerului - Partea 1 din 8 - Eating Right for Cancer

Survival - Part 1 of 8

{youtube}DP3w77xnGgI{/youtube}
HEALTHY LIVING Dr. Neal Barnard: Eating Right for Cancer Survival - P1/8. Episode: 1376, Air Date: 21 June 2010

Alte prezentari video cu **dr. Neal Barnard** aici: http://www.youtube.com/sanatatesiviata#p/c/E3C818E15F7E3AAD/2/5VWi6dXCT7I

Informatii utile:

- SA TRAIM SANATOS FARA TOXINE. GHID FUNDAMENTAL. ALIMENTE SI PLANTE NATURALE PENTRU REGENERAREA CELULARA COMPLETA - Dr. Robert Morse - Editura Paralela 45 -2005 (prima ed) The Detox Miracle Sourcebook: Raw Food and Herbs for Complete Cellular Regeneration (carte - descarcare GRATUITA **-** PDF)

Tackling the Diabetes Epidemic