

POR MIS RIÑONES QUE HOY COMO DIEZ VECES BIEN

QUIROGA, BORJA / COBO, MIGUEL

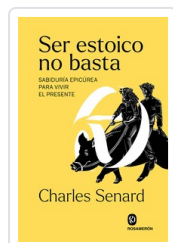
SINOPSIS

¿Quién te contó que beber dos litros de agua era bueno para tu riñón? ¿Sabes dónde se fabrica la famosa EPO que oxigena la sangre? ¡En el riñón! En los riñones está también la clave de la proteína 'klotho' o elixir de la eterna juventud. De todo el cuerpo humano, el riñón es el órgano más complejo y más desconocido. Celebramos la décima edición de esta obra con un contenido especial. De la mano de Miguel Cobo, reunimos a diez de los mejores cocineros con estrella Michelin de España. Diez chefs que nos comparten diez recetas adaptadas a unos hábitos de alimentación equilibrados y nos demuestran que disfrutar de lo mejor de la cocina es compatible con el cuidado de nuestros riñones y nuestra salud. Para cada uno de estos diez platos, el doctor Borja Quiroga nos ofrece consejos médicos esenciales, accesibles y prácticos que nos ayudan a mantener nuestro bienestar, sin dejar de disfrutar lo que más nos gusta. Este libro revela la importancia de los riñones, el órgano más complejo y desconocido del cuerpo humano. Entendido como una depuradora de desechos, hoy somos conscientes de que en la salud de nuestros riñones se encuentra la clave de una vida sana y duradera. ¿Estás seguro de que tus riñones funcionan correctamente? ...



Editorial	ROSAMERON
Materia	FORMA FISICA Y ALIMENTACION
Colección	ROSAMERON
EAN	9791399075700
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	140x210x mm.
Peso	250
Precio (Imp. inc.)	21,90€
Fecha de lanzamiento	06/11/2025

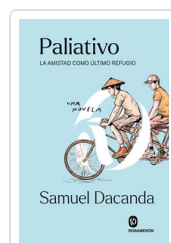
Títulos relacionados



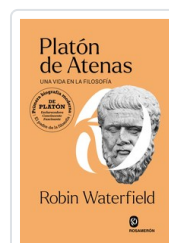
SER ESTOICO NO BASTA. SABIDURIA EPICUREA PARA VIVIR EL PRES
SENARD, CHARLES



PREMONICIONES
TARANCON/ DEL VALLE



PALIATIVO. LA AMISTAD COMO ULTIMO REFUGIO
DACANDA, SAMUEL



PLATON DE ATENAS. UNA VIDA EN LA FILOSOFIA
WATERFIELD, ROBIN