



Soignez le reflux naturellement

Cotinat Martine

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Soignez le reflux naturellement Cotinat Martine

 [Telecharger Soignez le reflux naturellement ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Soignez le reflux naturellement ...pdf](#)

Soignez le reflux naturellement

Cotinat Martine

Soignez le reflux naturellement Cotinat Martine

Téléchargez et lisez en ligne Soignez le reflux naturellement Cotinat Martine

320 pages

Présentation de l'éditeur

Vous souffrez de douleurs d'estomac et de remontées acides ? Alors voici une bonne nouvelle : il existe des solutions éprouvées qui apportent un soulagement durable au reflux, des solutions qui évitent les complications et la prise prolongée de médicaments potentiellement dangereux.

Ces solutions nutritionnelles ont été rassemblées par le Dr Martine Cotinat, gastro-entérologue, à partir de son expérience et des données scientifiques récentes. Elles ont changé la vie de centaines de patients.

Pourquoi pas la vôtre ?

Le Dr Cotinat va vous apprendre à rééquilibrer votre alimentation pour qu'elle soit l'alliée de votre digestion. Il suffit de quelques semaines pour ressentir une amélioration. Dans la plupart des cas, les patients peuvent renoncer à leurs médicaments.

Vous saurez :

- Quels fruits, quels légumes choisir pour renforcer les défenses de l'œsophage
- Les graisses qui diminuent l'inflammation
- Les 6 aliments à éviter pour renforcer la barrière anti-reflux
- Quelles cuissons privilégier
- Comment choisir les bons féculents, les bonnes protéines, les bonnes eaux minérales
- Les 6 compléments alimentaires efficaces

Bonus : 45 recettes simples et savoureuses pour vous mettre sur la voie de la guérison. Biographie de l'auteur Martine Cotinat est gastro-entérologue formée à la nutrition et la micronutrition. Elle est l'auteur de plusieurs ouvrages sur la santé. Soignez le reflux naturellement réunit Stop aux brûlures d'estomac et Petits plats savoureux contre les brûlures d'estomac publiés précédemment chez Thierry Souccar Éditions.

Download and Read Online Soignez le reflux naturellement Cotinat Martine #LQNPBGHO8FI

Lire Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine pour ebook en ligne Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine à lire en ligne. Online Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine ebook Téléchargement PDF Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine Doc Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine Mobipocket Soignez le reflux naturellement par Cotinat Martine EPub

LQNPBGH08FILQNPBGH08FILQNPBGH08FI