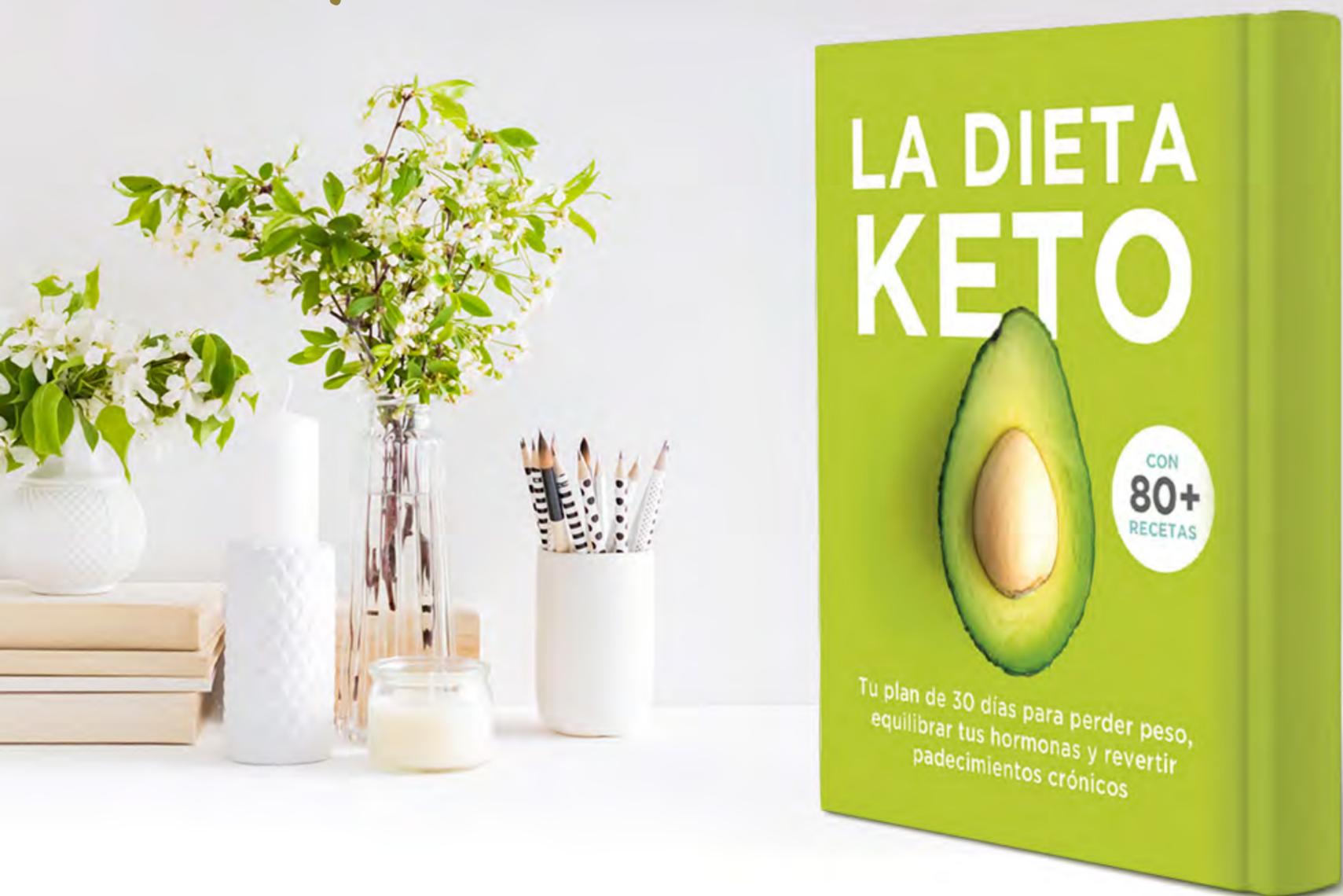


# Recomendaciones



## La Dieta Keto

**Para que puedas llevar a cabo una dieta Keto con todas las herramientas que necesitas, Libera Tu Salud te acompaña y te sugiere al Dr. Josh Axe, experto en esta dieta.**

No te pierdas su libro, “La Dieta Keto”, donde establece los parámetros adecuados para mejorar tu salud ahora y para siempre, de manera muy clara y exacta.

Encontrarás información específica para distintos padecimientos y estilos de vida, además de deliciosas recetas, una lista de compras y explicaciones accesibles sobre los fundamentos científicos de la dieta.

El doctor Josh Axe, es el fundador del sitio web de salud natural Dr. Axe / Food is medicine y cofundador de la empresa de suplementos Ancient Nutrition, además de autor de “Todo está en tu digestión”.



## DR. JOSH AXE

**El Dr. Axe ha colaborado con varias revistas y medios digitales como: The Huffington Post, Men's Health, Forbes, Business Insider, Muscle & Fitness Hers, Well+Good, Shape y PopSugar.**

No te lo pierdas, te lo recomendamos ampliamente. Busca nuestros artículos, tips y recetas sobre esta dieta, en las herramientas: “Conoce más”, “Dietas y Programas”, “Tips” y “Recetas”.

**Libera Tu Salud te ayuda en tu proceso de transformación y bienestar.**