



## LA DEVASTADORA VERDAD SOBRE LOS EFECTOS DEL TRIGO; EL AZÚCAR Y LOS CARBOHIDRATOS

Los carbohidratos están destruyendo nuestro cerebro. Y no sólo los carbohidratos malos: también los carbohidratos saludables como los granos enteros pueden causar demencia ansiedad dolores de cabeza crónicos depresión y mucho más.

El doctor Perlmutter nos ofrece una mirada profunda sobre cómo podemos modificar nuestros genes por medio de elecciones precisas a la hora de comer y de cambios específicos en nuestro estilo de vida mostrándonos así cómo sanar de aquellos padecimientos a los que más tememos sin necesidad de medicamentos.