



## **ADELGAZA CON LA DIETA COHERENTE**

Amil Lopez Vieitez

**CYDONIA EDICIONES, S.L.**

**Materia:** AUTOAYUDA

**Colección:** CYDONIA

**Encuadernación:** LIBRO EN OTRO FORMATO

**PVP:** 14.94 €

**EAN:** 9788494381003

**Páginas:** 132

**Tamaño:** 145x215 mm.



*Pierde 2 kg por semana de forma sana y equilibrada.*

- «Los dos pilares básicos para alcanzar el peso ideal han de ser el seguimiento de la Dieta Coherente y la práctica moderada de ejercicio. El reto es conseguir reducir esencialmente el exceso de grasa corporal y que los resultados se mantengan en el tiempo» Amil López Viéitez.

### **AMIL LOPEZ VIEITEZ**



Doctora en Farmacia, nutricionista y especialista en Promoción de Salud, con amplia experiencia en docencia, investigación y clínica. Creadora de la Dieta Coherente, Dirige Amad Promoción de Salud, con sede en Vigo, y colabora con entidades públicas en el desarrollo de materiales didácticos y formación sobre nutrición.