

Vitamine D. Mode d'emploi

Dr Brigitte Houssin



Tous les bienfaits de la vitamine D

Le taux santé optimal

Où la trouver

THIERRY
SOUCCAR
ÉDITIONS

Par Brigitte Houssin
*Download PDF | ePub | DOC |
audiobook | ebooks

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #21551 dans eBooksPubli le: 2012-11-05Sorti le: 2012-11-05Format: Ebook Kindle

[Library ebook] Vitamine D. Mode d'emploi

Par Brigitte Houssin : Vitamine D. Mode d'emploi before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vitamine D. Mode d'emploi:

 Download

 Read Online

Description :

Prsentation de l'diteurpour protger naturellement votre sant La vitamine D passionne les chercheurs et pour cause ! Voici ce qui arrive lorsqu'elle est prsente en quantit suffisante dans le sang : Moins de cancer Moins d'infarctus Moins de chutes et moins de fractures Moins de douleurs articulaires Moins d'infections Moins de dpression... Pourtant 8 personnes sur 10 en manquent, en particulier l'hiver. Dans ce guide crit par l'une des spécialistes franaises, le Dr Brigitte Houssin vous dit comment obtenir en permanence un taux de vitamine D optimal et protecteur. Vous saurez notamment : Les dangers d'un dficit Quand et comment contrler son taux

de vitamine D Combien de temps s'exposer au soleil sans risque pour sa peau Quand prendre des suppléments, quelle dose, quelle fréquence Quel supplément choisir Présentation de l'auteur pour protéger naturellement votre santé La vitamine D passionne les chercheurs et pour cause ! Voici ce qui arrive lorsqu'elle est présente en quantité suffisante dans le sang : Moins de cancer Moins d'infarctus Moins de chutes et moins de fractures Moins de douleurs articulaires Moins d'infections Moins de dépression... Pourtant 8 personnes sur 10 en manquent, en particulier l'hiver. Dans ce guide écrit par l'une des spécialistes françaises, le Dr Brigitte Houssin vous dit comment obtenir en permanence un taux de vitamine D optimal et protecteur.

Vous saurez notamment : Les dangers d'un déficit Quand et comment contrôler son taux de vitamine D Combien de temps s'exposer au soleil sans risque pour sa peau Quand prendre des suppléments, quelle dose, quelle fréquence Quel supplément choisir Biographie de l'auteur Le docteur Brigitte Houssin est médecin spécialiste en médecine Physique et de Réadaptation Paris. Sa formation en micronutrition et alimentation de la santé la conduit s'intéresser à la vitamine D. L'importance de cette vitamine pour notre santé et le relatif dédain d'une partie du corps médical son regard, lui ont donné envie d'informer directement le grand public.