



Guide des compléments antioxydants

Daniel Sincholle, Claude Bonne

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Guide des compléments antioxydants Daniel Sincholle, Claude Bonne

1

 [Telecharger Guide des compléments antioxydants ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Guide des compléments antioxydants ...pdf](#)

Guide des compléments antioxydants

Daniel Sincholle, Claude Bonne

Guide des compléments antioxydants Daniel Sincholle, Claude Bonne

1

Téléchargez et lisez en ligne Guide des compléments antioxydants Daniel Sincholle, Claude Bonne

224 pages

Présentation de l'éditeur

Sachez utiliser les antioxydants pour atténuer les effets néfastes du temps

L'oxygène que l'on respire, indispensable à la vie, est aussi un toxique qui nous ronge à petit feu. Il est à l'origine du stress oxydant, un état d'agression chronique impliqué dans plus de 200 maladies. Bonne nouvelle : ce stress oxydant peut être neutralisé par des aliments riches en antioxydants ou des compléments alimentaires (vitamines C et E, polyphénols, acide alpha-lipoïque, coenzyme Q10, sélénium, zinc, curcumine, lutéine, lycopène, etc.)

Ce guide, écrit par deux pharmacologues, vous révèle comment optimiser naturellement votre protection antioxydante en évitant les erreurs. Avec notamment 18 antioxydants incontournables.

Vous saurez :

Prévenir les dommages à l'ADN qui conduisent au cancer

Prévenir l'athérosclérose

Préserver la mémoire

Freiner les maladies de l'oeil

Prévenir le diabète et ses complications

Vous protéger des dommages oxydatifs si vous êtes sportif

BONUS

Où faire pratiquer un bilan de stress oxydant

Les mesures à prendre au quotidien et chez soi pour réduire le stress oxydant Biographie de l'auteur Daniel Sincholle est docteur en pharmacie et pharmacologue.

Claude Bonne est professeur des universités honoraire, pharmacien et pharmacologue consultant.

Download and Read Online Guide des compléments antioxydants Daniel Sincholle, Claude Bonne

#LEM1JRP3THN

Lire Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne pour ebook en ligne Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne 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 Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne à lire en ligne. Online Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne ebook Téléchargement PDF Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne Doc Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne Mobipocket Guide des compléments antioxydants par Daniel Sincholle, Claude Bonne EPub
LEM1JRP3THNLEM1JRP3THNLEM1JRP3THN