

Medio: Revista Woman s & Health

Circulación:

Fecha de publicación: Octubre 2010

Libro: El método – Urano

Rev. Woman´s & Health (Buenos Aires)

2 - OCT. 2010

145

Dieta

VERDE

ÚLTIMOMINUTO

Se armó la gorda

Podés culpar a la contaminación por algún kilo de más. En el libro *El Método Gabriel* (\$69, Ed. Urano) el economista y estudioso de la obesidad, Jon Gabriel, explica que el cuerpo utiliza la grasa para protegerse de las toxinas. Estas provienen de los aditivos de la comida, medicamentos, agua, aire, radiación y pueden bloquear la capacidad del cuerpo para quemar grasas. ¿Cómo eliminarlas? Optando por alimentos ecológicos y tomando más agua.

