



Diario de Navarra	Tirada: 68.841	Sección: -	
	Difusión: 59.062 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 45	
Navarra General	Audiencia: 206.717	Ocupación (%): 4%	
Diaria	10/02/2011	Valor (€): 120,56	
		Valor Pág. (€): 2.500,00	
		Página: 70	Imagen: No

UN LIBRO

El método Gabriel

■ Decidido a poner fin a su obesidad mórbida, que le llevó a pesar 182 kilos, Jon Gabriel llevó a cabo estudios de bioquímica, nutrición, neurobiología y psicología.

Así descubrió la que hoy constituye la premisa de su método: se padece obesidad cuando el cuerpo interpreta que es lo mejor para nosotros. Un libro que ayuda a estar delgado, sano y en forma.

Jon Gabriel. Editorial Urano.
256 pags. 14 €.

