

CONOZCA SU CACA Y LO QUE DICE SU SALUD

Dr. Adrian Schulte

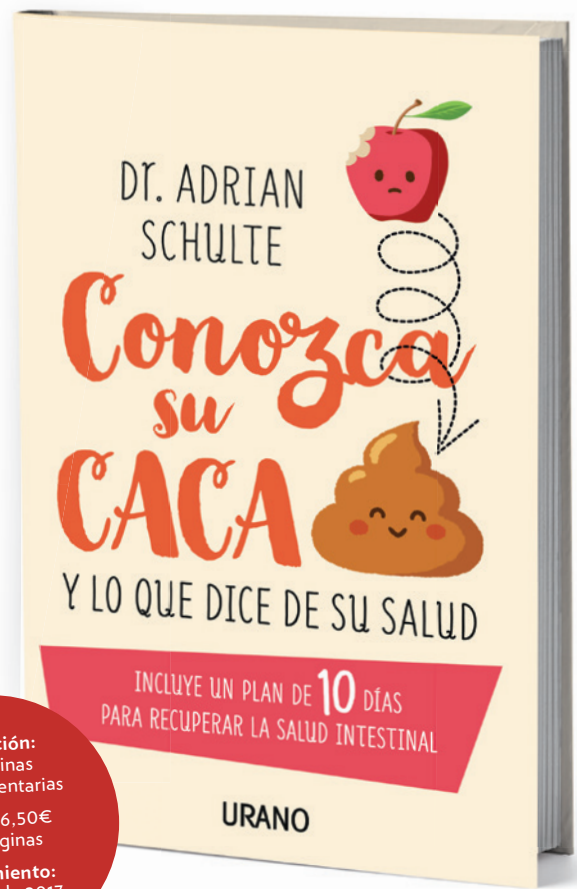
Estrategias sencillas para cuidar el intestino, mejorar la salud y prevenir la enfermedad, incluido un programa exclusivo de depuración intestinal en diez días.

El intestino, llamado también el segundo cerebro, es un órgano fascinante, es la clave de la salud física y mental: regula las funciones inmunológicas y hormonales, mantiene a raya a las bacterias, corrige los desequilibrios y lo hace, a menudo, sin protestar. Tanto es así que tendemos a descuidarlo. Comemos mal, demasiado y a toda prisa, dando por supuesto que el pobre intestino sabrá lo que tiene que hacer. Pero cuando este órgano se sobrecarga, proliferan las toxinas que dan lugar a peligrosas enfermedades como las de tipo cardiovascular o el cáncer. ¿Qué conductas y alimentos debilitan nuestro intestino? ¿Cómo podemos mejorarlo?

Adrian Schulte, doctor en medicina y naturópata especializado en el tracto digestivo, ha visto como muchas personas mejoraban o se curaban de enfermedades que, a primera vista, no tenían relación con el intestino. En **Conozca su caca** nos enseña a explorar los alimentos que nos sientan bien, a consumirlos de manera que favorezcan una buena digestión y a ofrecerle a nuestro sistema el descanso que necesita para regenerarse.

Muchas personas están convencidas de que, si van al baño a diario, la salud de su intestino está garantizada. Sin embargo, es casi una frivolidad concluir que nuestras digestiones son buenas por el mero hecho de evacuar cada día. La caca —su color, su forma, su textura y su olor— es el verdadero indicativo del funcionamiento del sistema digestivo. Y si tenemos presente cuántas personas sufren estreñimiento, cáncer de colon, diverticulosis o colon irritable, es evidente que a nuestro intestino no le va bien. Las toxinas intestinales, causantes de la denominada «inflamación silenciosa», producen fatiga y merman nuestra capacidad de concentración, además de estar asociadas con la depresión, el tiroidismo y otras dolencias.

Avalado por más de veinte años de experiencia, el doctor Adrian Schulte nos enseña qué sucede exactamente en el estómago durante la digestión y cómo



Colección:
Medicinas
complementarias

P.V.P.: 16,50€
224 páginas

Lanzamiento:
octubre de 2017

influir en sus asombrosos procesos para beneficiar la salud a través de las prácticas más adecuadas en relación con la alimentación. Para facilitarnos el trabajo, el libro incluye un sencillísimo programa, probado con éxito por miles de pacientes, para poner a punto el intestino... en solo diez días.



Dr. Adrian Schulte

Es doctor en medicina, naturópata titulado y director de un centro de salud alemán dedicado a la regeneración del intestino según el método del médico austriaco Franz Xaver Mayr, cuyo trabajo siempre estuvo enfocado en la mejora funcional del tracto digestivo. Hijo de madre psicóloga y padre naturópata, Adrian Schulte realizó una especialización en enfermedades tropicales después de doctorarse. A raíz de sus estudios descubrió que en las regiones tropicales se estaban implantando las enfermedades modernas sencillamente por la introducción de los hábitos alimentarios occidentales en su dieta. Hoy el doctor Schulte posee más de veinte años de experiencia en el estudio y el tratamiento del intestino y los errores alimentarios. Ha tratado con éxito a miles de pacientes mediante las técnicas que expone en este libro.