

AVANCE DE LECTURA

THE LONGEVITY CODE · LIBRO II DE SIETE

El recetario de fertilidad para parejas



*Treinta días de cocina de fertilidad para los
dos.*

BOOK

II

Anna Weegen, M.D. · Serhii Shcherbyna

SYAN.online

QUÉ INCLUYE

- La ventana de 90 días para ambos
- Una guía de nutrientes para él y para ella
- 30 días de comidas que apoyan la fertilidad
- Justificación por ingrediente — cada plato actúa
- Listas de compra y un ritmo semanal para dos

Construido sobre la ventana de 90 días previa a la concepción — el periodo más sensible a la nutrición de una pareja. Treinta días de comidas para crear el mejor entorno biológico en ambos cuerpos, con una guía de nutrientes para él y para ella.

Leer el libro completo →