

Rudy Lanza & Dalila Ciccarelli

UNA SALUTE DI FERRO

Curarsi in modo naturale con gli oligoelementi

Edizioni L'Età dell'Acquario & Istituto Rudy Lanza



*I segreti
per stare in forma
secondo natura
dal 14 luglio in libreria*

**Fluoro, iodio, rame, manganese,
alluminio, argento, oro, calcio..**

Gli oligoelementi presiedono a numerose e importanti funzioni biologiche: sono costituenti ormonali, parti di molecole fondamentali, cofattori di enzimi. Nonostante siano presenti in piccolissime quantità all'interno dell'organismo umano, sono essenziali per il suo equilibrio e buon funzionamento.

Oligoelementi e dieta moderna..

L'alimentazione moderna, caratterizzata da un deterioramento della qualità biologica e nutrizionale dei cibi, spesso non apporta la giusta quantità di oligoelementi, con effetti negativi particolarmente rilevanti durante la crescita, la gravidanza, l'allattamento e l'attività sportiva intensa, ma che si fanno sentire anche nella vita di ogni giorno.

Oligoterapia: cos'è e come funziona

Com'è nata l'oligoterapia, una metodica presente in Italia da più di trent'anni e che oggi è praticata da milioni di persone, senza distinzioni di sesso e di età? In che modo può contribuire a risolvere i nostri piccoli e grandi problemi? Come possiamo modificare le abitudini alimentari affinché il nostro organismo si mantenga sempre sano ed efficiente? Esempio per completezza, puntualità e chiarezza, la guida di Lanza e Ciccarelli darà risposta a queste e ad altre domande.

gli autori

Rudy Lanza psicoterapeuta e naturopata, dirige la Scuola di Naturopatia dell'Istituto Rudy Lanza, è presidente della Federazione Nazionale Naturopati Heilpraktiker Professionisti e segretario generale dell'Union Européenne de Naturopathie (Bruxelles). Per le Edizioni L'Età dell'Acquario ha pubblicato, con Elisabetta Rostagno, *Il benessere dell'intestino* (2009).

Dalila Ciccarelli, psicologa clinica e di comunità, naturopata diplomata presso l'Istituto Rudy Lanza, vive a Torino dove lavora e prosegue la sua formazione.

indice

Cosa sono gli oligoelementi?
L'origine dell'oligoterapia
Diatesi e oligoelementi
Le evoluzioni diatesiche
Oligoelementi essenziali
Oligoelementi non essenziali
Elementi plastici e minerali
Associazioni di oligoelementi
Applicazioni terapeutiche
Glossario
Bibliografia



www.naturopatia.it

L'Età dell'Acquario /collana «salute&benessere»
pp. 112 / euro 12,00 / ISBN 978-88-7136-363-9

nel nostro catalogo

Il benessere dell'intestino. Curarsi e purificarsi con i metodi naturali

L'Età dell'Acquario / Collana «salute&benessere»
pp. 120 / euro 11,00 / ISBN 978-88-7136-306-6

il primo libro del dr. Rudy Lanza con Elisabetta Rostagno



Edizioni L'Età dell'Acquario
Ufficio Stampa: Federica Sassi
Tel. 011 517 53 24 // cell. 333 25 87 662
ufficiostampa@etadellacquario.it
www.etadellacquario.it