Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kepolisian (STIK) >> Buku

Resep hidup sehat : kebenaran yang harus anda ketahui tentang makanan dan gaya hidup sehat

Diren Gaela

Deskripsi Lengkap: https://library.stik-ptik.ac.id/abstrakpdfdetail.jsp?id=4391&lokasi=lokal

---

Abstrak

Mencegah penyakit. Tetap sehat meningkatkan kesejahteraan terlihat lebih muda. Bertentangan dengan keyakinan umum, jalan menuju sehat sangat tergantung bukan pada menghindari lemak dan kolesterol. Kesehatan datang dari perhatian yang konstan terhadap makanan dan gaya hidup, dengan terus menghindari segala makanan dan bahan-bahan yang dapat membahayakan dan menyebabkan kerusakan pada sel dan tubuh kita. Ketika penyakit sudah menyerang, semuanya sudah terlambat, meskipun masih banyak upaya yang bisa dilakukan untuk mendapatkan pemulihannya.
Kejadian menyedihkan itu berkaitan dengan keyakinan yang salah, yang terus-menerus dipropagandakan oleh beberapa pihak dan industri yang mengejar profit dan uang. Praktik kedokteran yang berkembang saat ini merupakan pencerminan dari perluasan konsep tersebut, hanya demi koleksi kekuasaan perusahaan farmasi raksasa.