



La digestión es la cuestión de Giulia Enders llega a Colombia luego de ser el libro más vendido en Alemania, con más de dos millones de ejemplares y triple premio en ese país.

El digestivo, pese a ser un sistema fundamental para sobrevivir, es el más ignorado cuando se trata de prevenir los problemas que la vida moderna trae.

En poco más de 300 páginas se responden preguntas como: ¿Nos sentamos correctamente en el inodoro?, ¿por qué vomitamos y qué podemos hacer para evitarlo?, ¿cómo influye el intestino en el cerebro?, ¿cómo pueden hacernos engordar las bacterias?, ¿qué comemos realmente?, siendo el intestino el segundo órgano más importante después del cerebro, ¿por qué es el más infravalorado?

Preguntas y temas como estos son resueltos por la científica alemana **Giulia Enders** en su más reciente libro

La digestión es la cuestión

, cuyo libro ha tenido una destacada repercusión a nivel internacional, convirtiéndose en **uno de los libros más vendidos en Alemania con 2.000.000 millones de ejemplares.**

En *La digestión es la cuestión* Enders, de 25 años, quien actualmente realiza un doctorado en el Instituto de Microbiología e Higiene Hospitalaria en Fráncfort, brinda, en un tono distendido, **las claves de cómo funciona el intestino,** qué avances nos ofrece la investigación médica y cómo podemos mejorar nuestra vida cotidiana aplicando estos conocimientos.

Por ejemplo, explica por qué deberíamos ponernos de cuclillas en el inodoro: "porque evacuar sentados produce hemorroides, trastornos intestinales o estreñimiento, además que al ejercer presión contra el inodoro de manera continua hace que aumente considerablemente el riesgo de varices y ataques de apoplejía."

Entre otros problemas de salud, las alergias, nuestro peso e incluso nuestro mundo emocional están estrechamente relacionados con nuestro estómago.

La digestión es la cuestión nos invita a conocer lo maravilloso que es el intestino desde una nueva perspectiva. Es la clave del cuerpo y el alma.

Disponible en las librerías del país.



De la joven científica Giulia Enders

Nuestro intestino es una matriz enorme:
percibe nuestra vida interior
y trabaja en el subconsciente.

2.000.000 LIBROS VENDIDOS EN ALEMANIA

Sobrepeso Intolerancias Estrés Incompatibilidades Depresiones Erv

Giulia Enders
LA DIGESTIÓN ES LA CUESTIÓN
Descubre los secretos del intestino, el órgano más influyente del cuerpo humano
Disponi