EMPRESAS

ENTRENAMIENTO

TEMARIO

1 Enfoque integrativo de salud y enfermedad.
2 Los retos metabólicos derivados del estrés y cómo convertirlos en aliados.
3 Estilo de vida y cómo hacerlo funcional “sin morir en el intento”
4 Atención integrativa en hipertensión, obesidad y diabetes.
5 El peligro detrás de conductas como: pesarse en la báscula, contar calorías, pesar alimentos y medir porciones.
6 Eficiencia metabólica como factor de sobrevivencia (engordar para sobrevivir).
7 Alimentos funcionales para reducir grasa de: cintura, cadera, chaparrera, papada, brazos y entrepierna, además de reducir la celulitis.
8 Un sistema de alimentación personalizado.

info@celulascontentas.com **Orizaba 208, Roma Norte, Cuauhtémoc, CDMX**