

Fecha de publicación:
28/08/2023

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Zoraya Peñuela R. (Jefe de prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1214

Email: zorayap@planeta.com

Nombre: Susana Serrano Arango (Coordinadora de Prensa)

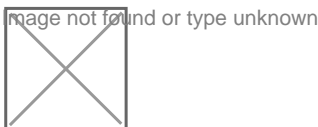
Teléfono: (57)6079997 ext.1215

Email:
susana.serrano@planeta.com.co

Nombre: Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1216

Email: ltandrade@planeta.com.co



Comer para sanar

Doctor Bayter

La dieta KETO perfecta de tu doctor Bayter

La dieta KETO perfecta de tu doctor Bayter

Las enfermedades actuales están ligadas en gran medida a la resistencia a la insulina. Esta es producto no solo de una dieta alta en azúcar, sino de que ingerimos más carbohidratos de los que necesitamos y de los que nuestro cuerpo puede procesar. El resultado de una pésima alimentación, que busca darle placer a la lengua —que es el 1% de tu cuerpo— y no piensa en las consecuencias sobre todo el organismo, es la razón de las múltiples enfermedades que podríamos evitar si fuéramos conscientes de lo que nos llevamos a la boca.

En este libro el Doctor Bayter, médico intensivista, nos enseña cómo funciona el cuerpo, cuál es el origen de la enfermedad y cómo debemos comer para darle todos los nutrientes necesarios y convertirlo en la hermosa, compleja e impresionante máquina sanadora y reparadora que siempre ha debido ser.

El método de la Dieta Keto Perfecta, creada por el @doctorbayter, es un proceso en 4 fases que le enseñará a tu organismo a usar la grasa como energía, a conseguir flexibilidad metabólica, a saber cuándo es hora de comer y cuándo no, y a limpiar el metabolismo. Irás de la mano de un experto, paso a paso, y aprenderás a comer para sanar y a tener una vida plena y feliz.

Doctor Bayter

Es médico cirujano, anesestesiólogo y experto en medicina crítica y cuidado intensivo. Líder latinoamericano de seguridad en cirugía plástica. Conferencista internacional en Latinoamérica, Estados Unidos y España. Autor del libro *Catástrofes en cirugía plástica* y de más de treinta artículos científicos. Ganador del premio a Mejor Artículo Internacional de la revista *Aesthetic* de la Sociedad Americana de Cirugía Plástica. Socio fundador y director médico de la Clínica El Pinar, una de las principales instituciones ambulatorias de cirugía plástica en Colombia y la más segura para este tipo de procedimientos. Deportista consumado que ha realizado más de 28 carreras de triatlón de larga distancia del circuito Ironman. Actualmente guía, a través de sus chats, a más de ochocientas personas en su objetivo por bajar de peso, tener salud y ganar energía. Creador del método de la Dieta KETO Perfecta (DKP).

Instagram y Tik Tok: @doctorbayter