دانلود کتاب بدون اضافه وزن کارن دارلینگ ترجمه فارسی

دانلود کتاب

دربارهٔ کتاب

«بدون اضافه وزن کارن دارلینگ» — در نوشته‌های مربوط به وزن، گاهی عدد ترازو جای همهٔ معیارهای سلامت را می‌گیرد. این عنوان را بهتر است با توجه به تفاوت میان تجربهٔ غذایی فرد، شواهد پژوهشی و شرایط پزشکی او خواند.