



Fecha de publicación:
12/07/2021

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



El milagro metabólico

Dr. Carlos Jaramillo

Descubrí cómo funciona tu metabolismo y conocé las claves para lograr tu peso ideal.

A todos nos gusta comer. Pero lo hacemos mal y cada día peor. Engañados por la industria alimentaria, la publicidad, las *fake news* gastronómicas y los consejos nutricionales de la tía Bertha, con cada bocado tomamos decisiones nefastas que nos enferman, engordan y roban la energía. ¿Cómo detener esta espiral? ¿A quién creerle y a quién no? ¿Cómo cambiar de hábitos sin volvernó rígidos y aburridos?

En este libro, el célebre doctor Carlos Jaramillo ofrece respuestas contundentes a esas preguntas y plantea que la clave para un peso óptimo y una salud plena está en el metabolismo. Entender qué es, cómo opera y qué podemos hacer para que trabaje eficazmente es fundamental, y es lo que el autor explica en estas páginas. Con humor, ciencia y sencillez, *El milagro metabólico* narra la historia trágica de un mundo que olvidó el valor del alimento y nos invita a recordar que la mejor medicina está en casa: en la comida que elegimos día a día y que tiene el poder milagroso de curar.

“El libro de cabecera para todos aquellos que quieran entender cómo funciona su metabolismo y cómo ponerlo a trabajar a su favor”. Dr. Santiago Rojas

Dr. Carlos Jaramillo

Dr. Carlos Jaramillo se graduó de Medicina de la Universidad de La Sabana en Colombia y se certificó como médico funcional (IFMCP) en los Estados Unidos. Tiene estudios de posgrado en bioquímica y fisiología clínica de la Universidad de Harvard. Inició su camino en la nutrición de la mano de Stanley Dudrick, quien fue su maestro e inspiración en el programa de Nutrición Clínica e Hiperalimentación dentro del programa de Cirugía en la Universidad de Yale.

Desde entonces el doctor Jaramillo se ha dedicado a encontrar la cura de raíz de las enfermedades crónicas y su misión es «educar con ciencia» al mayor número de personas posible, para que se conviertan en maestros de su propia salud.

Es fundador del Instituto de Medicina Funcional, líder en su rama en el territorio hispano. Tiene práctica clínica en Bogotá, Colombia. Es investigador, docente, conferenciante y mentor de profesionales de la salud. También es un padre amoroso y dedicado, amante de los perros, deportista, entusiasta del vino y los bonsáis.

Autor de los *bestseller* internacionales *El milagro metabólico* y *El milagro antiestrés*. *COMO* es su tercer libro.

www.drcarlosjaramillo.com
IG: @drcarlosjaramillo