



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

Fecha de publicación:
01/07/2021

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Aniela Vanoni

Email: aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

Nombre: Ariel Benítez

Email: ahbenitez@eplaneta.com.ar

Nombre: Santiago Satz

Email: ssatz@eplaneta.com.ar

Nombre: Tomás Villafañe

Email: tomas.villafane@eplaneta.com.ar

Nombre: Cecilia Pintos

Email: cpintos@eplaneta.com.ar



Dr. Carlos Jaramillo

Carlos Jaramillo es un médico cirujano con una profunda pasión por la salud y la ciencia, certificado en Medicina Funcional (IFMCP) en Estados Unidos y con estudios de posgrado en Fisiología y Bioquímica. Su enfoque en el bienestar y la nutrición comenzó en la Universidad de Yale, donde trabajó, hace 18 años, con su mentor e inspiración, el Dr. Stanley Dudrick, en el pro-grama de cirugía.

Inspirado por la filosofía Shibumi, que valora la autoridad sin dominio, ha dedicado su vida y trabajo a simplificar la complejidad que rodea los conceptos y creencias sobre los estilos de vida saludable, desentrañando la verdad y brindando claridad en un mundo saturado de información y desinformación.

Además de ser un padre y esposo enamorado de su familia, es un innovador y creador, que ha descifrado una fórmula única para fusionar la ciencia, la tecnología y la comunicación efectiva, con la que ha construido un ecosistema masivo de bienestar, con una comunidad digital de más de 9 millones de seguidores, así como una comunidad de lectores con sus best sellers, reconocidos mundialmente, *El milagro metabólico*, *El milagro antiestrés* y *COMO*, que acumulan más de un millón de ejemplares vendidos.

A través de los programas de formación para la comunidad médica y su modelo de atención en salud basado en los principios de la medicina funcional, se ha mantenido conectado con su práctica médica y ha impactado positivamente la vida de más de 3000 personas. Además, trasciende a muchas otras desde su rol de CSO en empresas multinacionales del sector alimentario y nutracéutico.

Todos estos caminos convergen hacia su gran objetivo de empoderar a las personas para que tracen su propio camino hacia el bienestar.

Conoce más en <https://cursos.drcarlosjaramillo.com/>