

IL SAGGIO DI ANNA ANTONINI**Dimmi che metalli mangi
ti dico la dieta adatta a te**

Metalli nel cibo, una composizione di cui troppo poco si sa, ma essenziale per la salute. La dottoressa Anna Antonini nel saggio *L'importanza dei metalli nella dieta* aiuta a distinguere quelli buoni e cattivi, spiegandone presenza e percentuali. Non solo i noti (calcio, ferro, sodio e potassio), ma anche gli altri, fondamentali per l'organismo. E poi il mineralogramma e la terapia chelante, strumenti preziosi per il benessere psicofisico in relazione alla dieta.

Anna Antonini, L'importanza dei metalli nella dieta, L'Età dell'Acquario Edizioni, 204 p, 16,50 euro. (E.Chi.)



2020 | 11 ottobre | 5 | **Il Quotidiano** | **LEGGO**

LO PSICHIATRA ANALIZZA GLI EFFETTI DEL COVID
**«Il virus ci rende
“vulnerabili”»**
Piero Crapanzani: «Non siamo diviziati»

IL MENTIRE DI ANTONINO
L'etichetta: «Non è un virus
che si trasmette solo
per via aerea»

IL MARCHIO DI ANTONINO
L'etichetta: «Non è un virus
che si trasmette solo
per via aerea»

CHIUDI IL GAS

31 dicembre
Casa | **messengerocasa.it**
E sei subito nella tua nuova casa.