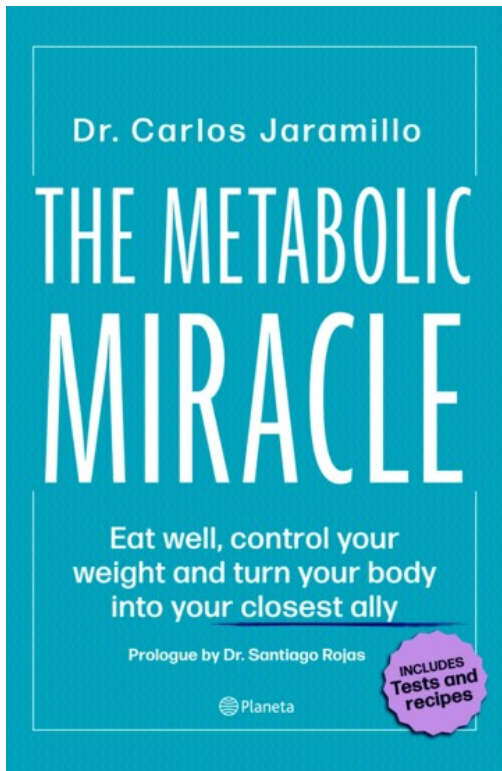




The Metabolic Miracle

Dr. Carlos Jaramillo

The go-to book for those who wish to understand how their metabolism operates and how to make it work in their favor

We all like to eat, but we are doing it wrong, and it gets worse every day. Deceived by the food industry, advertising, culinary fake news, and Aunt Bertha's nutrition advice, with every bite we are making nefarious decisions that steal our energy and make us both ill and fat. How can we stop this cycle? Who should we believe? How can we change our habits without becoming rigid and boring?

In this book, renowned doctor Carlos Jaramillo offers robust answers to these questions and states that the key to optimal weight and health is our metabolism. Understanding what it is, how it operates, and what we can do to make it work in our favor is fundamental. And it is what the reader will accomplish on these pages.

Fecha de publicación:
18/03/2022

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx



Dr. Carlos Jaramillo

El **Dr. Carlos Jaramillo** es médico de la Universidad de La Sabana y del Instituto de Medicina Funcional (IFM) en Estados Unidos. Tiene especialidades en Antiedad (A4M) y Fisiología y Bioquímica Clínica (Universidad de Harvard). Inició su camino en la nutrición de la mano de Stanley Dudrick, quien fuera su maestro en el programa de Nutrición Clínica e Hiperalimentación en la Universidad de Yale.

Es fundador del Instituto de Medicina Funcional en el territorio hispano y tiene práctica clínica en Bogotá, Colombia. Trabaja como docente y asesor en investigación y desarrollo para empresas multinacionales de alimentos. Es *speaker*, autor, *instagramer* de medio tiempo, cocinero aficionado, esposo y padre orgulloso. Su pasión es encontrar la cura de raíz de las enfermedades crónicas y su misión, "educar con ciencia" al mayor número de personas posible.