

AMOSTRA GRATUITA - PRÉVIA

Dr. Walter · Longevidade Viva

# Diabetes Prato Alvo

*Conteúdo de demonstração*

Versão completa disponível em [drwalter.xyz](http://drwalter.xyz)

# Diabetes Prato Alvo

Capa & apresentação .....	1
Sumário desta amostra .....	2
Conteúdo do eBook (trecho) .....	3-12
Como continuar .....	13

## O QUE VOCÊ VAI LER NESTA AMOSTRA

Esta prévia traz as páginas iniciais do eBook em formato fiel ao original, para que você conheça o tom, o método e a profundidade do material antes de adquirir a versão completa, com todos os capítulos, protocolos e checklists.

■ ■ PICO ALTO vs. TIR NO ALVO

# PRATO QUE ACHA O ALVO

*Comida e microbiota para subir seu TIR.  
O método do prato que achata o pico glicêmico.*