

BIBLIA
VITAMINEL●R

BIBLIA VITAMINELOR

Peste

2

de vitamine și
suplimente alimentare
pentru a-ți îmbunătăți sănătatea,
starea de bine și longevitatea

Ediție revizuită și actualizată
în conformitate cu ultimele descoperiri științifice

EARL MINDELL, RPh, PhD
și HESTER MUNDIS

Traducere din limba engleză de
Raluca Maria Dumitru și Iana Marinescu

Lifestyle



Conținutul acestei lucrări electronice este protejat prin copyright (drepturi de autor), iar cartea este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informației, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sub orice formă sau prin orice mijloc, fără consimțământul editorului, sunt interzise. Dreptul de folosință al lucrării nu este transferabil. Drepturile de autor pentru versiunea electronică în formatele existente ale acestei lucrări aparțin persoanei juridice Lifestyle Publishing House SRL.

Titlul original: Dr. Earl Mindell's Vitamin Bible – Revised and Updated

Autor: Earl Mindell, RPh, PhD with Heather Mundis

Copyright © 1979, 1981, 1985, 1991, 1999, 2011 by Earl Mindell and Hester Mundis
Revised edition copyright © 2021 by Earl Mindell and Hester Mundis
All rights reserved.

Copyright © Lifestyle Publishing, 2023
pentru prezenta ediție

Lifestyle Publishing face parte
din Grupul Editorial Trei

O.P. 16, Ghișeu 1, C.P. 0490, București
Tel.: +4 021 300 60 90 ;
Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro
www.lifestylepublishing.ro

ISBN (print): 978-606-789-387-8
ISBN (PDF): 978-606-789-424-0

- ▶ **EDITORI:** Silviu Dragomir, Magdalena Mărculescu
- ▶ **DIRECTOR:** Crina Drăghici
- ▶ **REDACTARE:** Constantin Dumitru
- ▶ **DESIGN:** Alexe Popescu
- ▶ **DIRECTOR PRODUCȚIE:** Cristian Claudiu Coban
- ▶ **DTP:** Ofelia Coșman
- ▶ **CORECTURĂ:** Lorina Chițan, Dușa Udrea-Boborel

*Această carte le este dedicată lui GAIL, ALANNA, EVAN, LILY,
RYAN, părinților, familiilor, prietenilor noștri și viitorului*

„Prima bogăție a omului este sănătatea.”
Ralph Waldo Emerson