

image not found or type unknown



Vive más y mejor

Michel Cymes

Fecha de publicación:
08/05/2018

El doctor más carismático de la televisión francesa nos explica los secretos para vivir mejor y alargar la vida.

Sello Editorial:
Zenith

Soy como tú. Me encanta echarme en el sofá y ceder al placer de la pereza. Dejar para mañana la sesión de deporte prevista para hoy. Sí, soy como tú: no detesto los dulces y me gusta tomar una copa. Como tú, sé que es mejor saborear una fruta que engullir una tableta de chocolate. Pero, como te pasa a ti, me cuesta resistirme a la tentación.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma
Cordón

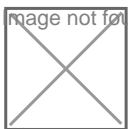
Sin embargo, la salud es un capital que conviene valorar siempre para no dilapidarlo. O en todo caso no demasiado rápido...

Teléfono: 93 492 86
33

¿Qué hacer entonces? Estar atentos sin dejar de disfrutar. Este libro quiere cumplir ese propósito. Recuerda algunos principios virtuosos y desborda consejos de aplicación inmediata. Independientemente de la edad, porque no hay edad para empezar a cuidarnos. ¡No hay edad para sentirnos bien!

Email:
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



Michel Cymes

Michel Cymes es médico especialista y fundador asociado de Betterise, el servicio digital de asistencia sanitaria personalizada de Francia. Presenta diversos programas sobre medicina en France Télévisions (*Le Magazine de la santé*, *Aventures de médecine*, *Les Pouvoirs extraordinaires du corps humain*, *Enquête de santé*). Es autor de *Hippocrate aux Enfers* y *Vivez mieux et plus longtemps*, superventas en Francia.