

image not found or type unknown



Vive feliz en tu cuerpo

Hiroto Koike

Trucos y consejos de salud para recuperar tu vitalidad, esplendor y belleza

Fecha de publicación:
16/02/2022

Sello Editorial:
Libros Cúpula

«Quiero llevar una vida saludable.»

«Quiero evitar tomar pastillas en la medida de lo posible.»

Contacto de prensa

«Me preocupa mi mala condición física.»

Nombre: Lola Escudero

¿Te sientes identificada con estas preocupaciones? A menudo, las mujeres sufrimos de dolores de cuello y de cabeza, trastornos estomacales, fatiga, menstruaciones irregulares, piel áspera y todo tipo de malestares de los que no sabemos su origen con claridad. Puede que te tomes un analgésico cada vez que tienes un dolor localizado o un laxante si tienes estreñimiento. **Dependiendo de los medicamentos, puede que hayas estado sorteando los síntomas de tu sufrimiento, pero no llegarás a curar el problema de base.**

Teléfono: 91 423 3711

Email:
lescudero@planeta.es

Lo más importante es que mantengas un estilo de vida saludable, pero ¿cuáles son las prácticas saludables para tu cuerpo? Para que este funcione correctamente, lo principal es que nuestra circulación corporal tenga un funcionamiento óptimo. Si empeora, hará que sientas frío, que tu metabolismo se deteriore, que tu sistema inmunológico empeore y que el sistema nervioso autónomo no funcione como debe. **Este libro te enseñará todo lo que necesitas saber para estimular tu flujo sanguíneo y mejorar la circulación corporal, y a través de ello conseguirás curarte con el poder de tu propio cuerpo.** Dicho de otro modo: conseguirás fortalecer tu capacidad curativa natural.

Hiroto Koike