

Fecha de publicación:
11/05/2022

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Salud femenina al natural

Virginie Peytavi

Una guía completa para mejorar el funcionamiento de nuestras hormonas y cuidar de nuestra salud con la ayuda de plantas medicinales.

Como mujeres, experimentamos cambios hormonales a lo largo de la vida, así como dolencias y estados intrínsecos a nuestra naturaleza femenina. Para tratar y aliviar los síntomas asociados a estos estados, la fitoterapia puede ser nuestra gran aliada.

Desde el cuerpo hasta las emociones —ciclo menstrual, embarazo, aborto natural o inducido, menopausia, alteraciones relacionadas con el síndrome premenstrual, etcétera—, las plantas actúan para ofrecernos el bienestar que necesitamos.

En este libro descubrirás:

- **30 fichas de plantas** con información detallada acerca de sus propiedades y beneficios.
- **Medidas que te proporcionarán alivio** y te ayudarán a reconectar contigo misma.
- **Instrucciones para preparar tu propio herbolario** en casa.
- **Indicaciones sobre cómo utilizar estos valiosos remedios naturales**.

«Las plantas y las mujeres comparten un destino común, están íntimamente unidas. Cuida tu cuerpo de mujer con la riqueza de los vegetales.»

Virginie Peytavi

Virginie Peytavi es formadora y consultora en fitoaromaterapia. Es diplomada en Herboristería por la Escuela de Plantas de París, en Fitoterapia por la Universidad de Medicina París XIII y por la Asociación para el Futuro de la Fitoterapia AP22. Fundó y dirigió hasta 2011 el centro de formación de plantas del Jardin des Méditerranées.