

image not found or type unknown



# Un hogar (casi) libre de tóxicos

Eva Liljeström

**Fecha de publicación:**

21/02/2024

CONTROLA LOS TÓXICOS, RECUPERA TU CASA

**Sello Editorial:**

Alienta Editorial

**CONTROLA LOS TÓXICOS, RECUPERA TU CASA**

## Contacto de prensa

**Invisibles pero dañinos**

**Nombre:** María José Bertrán

¿Alguna vez has contado las calorías que consumes? ¿O las horas de ejercicio que haces cada semana? **Si te preocupas por llevar una dieta equilibrada** y te esfuerzas por incluir la actividad física en tu día a día, **¿no crees que también deberías poder controlar los tóxicos que te rodean?**

**Teléfono:** 93 492 82 03

**Cada día estamos expuestos a decenas de miles de sustancias químicas que entran en nuestro organismo** sin que nos demos cuenta. Muchas de ellas son imprescindibles para la vida, pero otras nos la perjudican. **Están en el aire, el agua, los alimentos que comemos, los productos que usamos...**

**Email:** mjbertran@planeta.es

Acostumbrados a querer un jabón que cada vez limpie más, una crema que huela mejor o una fruta que nunca se oxide, **hemos abierto la puerta de nuestro hogar a miles de tóxicos** que ponen en riesgo nuestro bienestar y el del medio ambiente.

**Nombre:** Alba Ríos

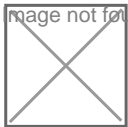
**Teléfono:** 93 492 86 58

**En estas páginas descubrirás las sustancias potencialmente peligrosas que te acompañan en tu día a día y conocerás remedios y alternativas para despedirte de ellas.**

**Email:** arioss@planeta.es

Haz que tu casa vuelva a ser un lugar seguro.

image not found or type unknown



Eva Liljeström

**Eva Liljeström** estudió Ciencias Ambientales en la Universidad de Granada, donde descubrió el complejo mundo de la toxicología y su relación con la salud y el medio ambiente.

En la actualidad dirige el proyecto Casa sin Tóxicos, desde el que orienta a miles de familias en sus cambios de hábitos para mejorar su salud y evitar, o reducir la exposición a sustancias peligrosas.

Compagina su labor divulgativa con su presencia como ponente en ferias de ecología, salud y sostenibilidad. Es también una apasionada de los aceites esenciales y desde hace años explora su potencial como Brand Partner de la empresa líder en el sector, Young Living.

Su trabajo, tanto desde @casasintoxicos y , como en sus otras facetas, apuesta por dar herramientas a las familias para construir un hogar más sano, equilibrado y libre de sustancias dañinas.