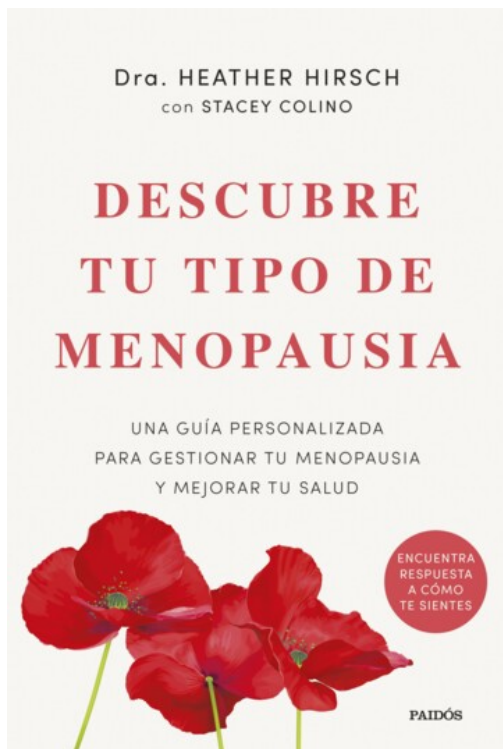




Fecha de publicación:
10/09/2024

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Descubre tu tipo de menopausia

Heather Hirsch

La doctora Heather Hirsch, experta en salud femenina y menopausia, nos descubre los seis tipos de menopausia que existen y nos presenta una estrategia personalizada para cada uno de ellos con el fin de recuperar nuestro bienestar y nuestra concentración.

La doctora Heather Hirsch, experta en salud femenina y menopausia, nos descubre los seis tipos de menopausia que existen y nos presenta una estrategia personalizada para cada uno de ellos con el fin de recuperar nuestro bienestar y nuestra concentración.

A pesar de la cantidad de mujeres que continuamente entran en la menopausia, esta etapa sigue siendo un territorio inexplorado. No obstante, la doctora Heather Hirsch está decidida a cambiar esta situación.

Descubre tu tipo de menopausia es una completísima guía que incluye ejercicios, dietas y estrategias para recuperar nuestra concentración y hacer de la menopausia una etapa natural de la madurez, en lugar de una montaña rusa de síntomas y molestias inesperadas. Con esta obra aprenderemos a identificar cuál es nuestro tipo de menopausia —Precoz, Repentina, A toda máquina, Con efectos mentales, Aparentemente eterna o Silenciosa— para que podamos controlar sus efectos de manera eficaz.

Esta obra también incluye respuestas a las preguntas sobre si es necesaria o no una terapia hormonal sustitutiva, qué hacer si nuestra menopausia es una combinación de varios tipos y cómo adaptarnos a los cambios en nuestra vida sexual, entre otras. Asimismo, descubriremos los consejos y trucos del grupo de las amigas y de las pacientes de la doctora Hirsch.

La doctora Hirsch nos ayuda a poner orden a toda la información y a abordar los retos físicos y emocionales de este periodo y, en *Descubre tu tipo de menopausia*, nos proporciona soluciones personalizadas basadas en sus años de experiencia para que podamos sentirnos estupendamente en la madurez y después.

Heather Hirsch

La doctora **Heather Hirsch** es la fundadora de la clínica Menopausia y la Mediana Edad del Brigham and Women's Hospital.

Especialista en Medicina Interna por la SUNY Upstate Medical University, obtuvo una beca para continuar sus estudios de Salud de la Mujer en la Cleveland Clinic y formó parte del cuerpo docente de la Facultad de Medicina de Harvard.

Es miembro activo y colaboradora de la North American Menopause Society y de la Sociedad Internacional para el Estudio de la Salud Sexual de la Mujer. Dirige una consulta privada de telemedicina, imparte clases a médicos y asesora sobre la mediana edad a diversos sectores. Su consulta está especializada en la terapia hormonal para tratar la menopausia, la perimenopausia, la disfunción sexual, la salud ósea y otras afecciones habituales entre las mujeres de mediana edad y mujeres que han sobrevivido a un cáncer de mama.

La doctora Hirsch vive con su familia en Rochester, Nueva York.