

El milagro azul

Mariano Bueno

Este libro revela cómo el agua, el «milagro azul» de la naturaleza, es fundamental para nuestra salud y nos enseña cómo aprovecharla de manera consciente para mejorar nuestra calidad de vida.

Este libro revela cómo el agua, el «milagro azul» de la naturaleza, es fundamental para nuestra salud y nos enseña cómo aprovecharla de manera consciente para mejorar nuestra calidad de vida.

Mariano Bueno explora el papel esencial del agua en nuestra salud, entendiendo cómo cada gota contribuye a nuestro bienestar físico y mental. Desde su impacto en la hidratación hasta su capacidad para purificar y revitalizar el cuerpo, el agua se presenta no solo como un recurso indispensable, sino como una herramienta para mejorar nuestra calidad de vida. A través de una mirada profunda y práctica, el libro ofrece consejos sobre cómo optimizar el consumo de agua, gestionar su uso de forma sostenible y aprovechar sus beneficios para mantenernos saludables y equilibrados.

Fecha de publicación:
30/06/2025

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Mariano Bueno

Mariano Bueno es un pionero en Agricultura Ecológica, Geobiología y Bioconstrucción en España y Latinoamérica. Desde joven, adoptó métodos innovadores de cultivo ecológico y estilos de vida sostenibles. Es fundador del Centro Mediterráneo de Investigación Geobiológica y de la Asociación de Estudios Geobiológicos GEA. A través de su finca La Senyeta y libros de éxito como *El huerto familiar ecológic*o, ha promovido prácticas agrícolas respetuosas con el medio ambiente. Además, mantiene un compromiso con la educación, participando en seminarios y colaborando con medios especializados.