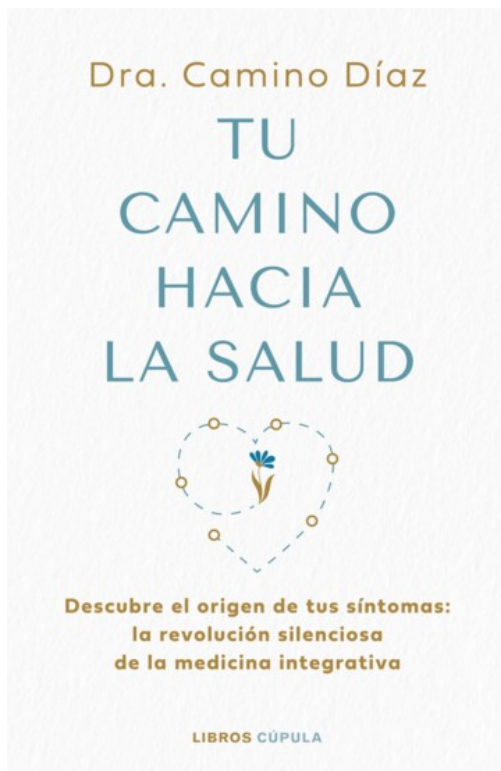




Fecha de publicación:
25/02/2026

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Teléfono: 934928895

Email: etorras@planeta.es

Tu camino hacia la salud

Dra. Camino Díaz

¿Has normalizado el cansancio, la inflamación, los síntomas digestivos o la ansiedad? ¿Vas de médico en médico, las pruebas «salen bien», pero tú sigues encontrándote mal?

¿Has normalizado el cansancio, la inflamación, los síntomas digestivos o la ansiedad? ¿Vas de médico en médico, las pruebas «salen bien», pero tú sigues encontrándote mal?

Tras más de veinte años de experiencia clínica, la Dra. Camino Díaz comparte el fruto de su recorrido desde la medicina convencional hasta la medicina integrativa y funcional: el **Método CAMINO**, un enfoque que une ciencia y conciencia para comprender qué hay detrás de los síntomas que el sistema convencional no logra explicar. Este libro es para quienes no se conforman con los diagnósticos y las sentencias médicas que solo proponen medicamentos de por vida, porque saben que, en el fondo, hay mucho más que hacer por su salud.

A través de los **seis pilares esenciales de la salud —control ambiental, alimentación, microbiota intestinal, inflamación, naturaleza circadiana y origen emocional—**, descubrirás qué factores bloquean tu capacidad natural de sanar y cómo recuperar la energía, la claridad mental y el bienestar que creías perdidos.

Una lectura reveladora que te invita a dejar de sobrevivir con síntomas, reconectar con la sabiduría de tu cuerpo y recuperar tu camino hacia la salud.



Dra. Camino Díaz

Camino Díaz es especialista en Medicina de Familia y experta en Medicina Integrativa Avanzada. Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Complutense de Madrid, médico clínico, profesora universitaria y divulgadora activa en redes sociales.

Tiene una sólida formación de posgrado: Máster en Medicina y Salud Integrativa Avanzada, Nutrición y Suplementación Integrativa, Microbiota Humana y Medicina Ambiental. Tras más de una década en el sistema público de salud, decidió ampliar su abordaje y crear el Método CAMINO, un enfoque propio que integra la medicina convencional con la comprensión profunda del cuerpo, la mente, el mundo emocional y el entorno.

Docente en varias formaciones universitarias y másteres de Salud y Medicina Integrativa (Kenzen, Nirakara, Dociencia, Euneiz, SESMI), combina la práctica clínica con la divulgación científica en redes, podcasts y medios especializados como la revista *CuerpoMente*.

A través de su consulta online y sus programas de salud, ha ayudado a miles de personas a recuperar su energía, su claridad mental y su bienestar físico y emocional.

Su lema resume su visión de la medicina: una medicina humanista, consciente y coherente, para que cada persona pueda **recuperar su camino hacia la salud**.

Instagram: @dracaminodiaz

www.dracaminodiaz.com