Fecha de publicación:
19/06/2026

Sello Editorial:
Alienta Editorial

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email:
mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlia Llaó

Email: julia.llao@planeta.es

Vivir crónicamente sanos

Marcos Mazzuka

PORQUE VIVIR SIN TÓXICOS ES POSIBLE, INCLUSO EN UN MUNDO CONTAMINADO

PORQUE VIVIR SIN TÓXICOS ES POSIBLE, INCLUSO EN UN MUNDO CONTAMINADO

Es un hecho: estamos rodeados de sustancias tóxicas. Se encuentran en el aire que respiramos, en los alimentos que consumimos, en el agua que bebemos y hasta en la ropa que vestimos. **Desde conservantes y aditivos hasta metales pesados como el plomo, el mercurio y el aluminio, los tóxicos se ocultan en los rincones más inesperados**, incluyendo los productos de limpieza y los cosméticos que utilizamos cada día.

Éste es un libro para todos aquéllos que quieren cuidar de su salud, para los que no quieren resignarse a vivir con dolencias o buscan hacer todo lo posible para evitarlas en un futuro. **Porque la tarea de eliminar los metales pesados va más allá de una simple desintoxicación**. Hablamos de compuestos inorgánicos que nuestro cuerpo no puede procesar, acumulándose en nuestros órganos y tejidos.

Por suerte, **el doctor Marcos Mazzuka nos ofrece una guía esencial para vivir una vida más saludable y longeva**. A través de estas páginas, descubrirás cómo elegir alimentos libres de pesticidas, purificar el agua y el aire de tu hogar, y adoptar hábitos y dietas que promuevan una desintoxicación efectiva y sostenible.



Marcos Mazzuka

Marcos Mazzuka es licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad La Sapienza de Roma y especialista en Pediatría. Además, tiene un doctorado en Medicina Regenerativa Celular y Nutrición Celular por la Universidad Internacional de Birchman.

Actualmente, es el fundador y director médico de MZK BioMedical, unos centros de medicina regenerativa celular e integrativa con sede en Madrid, donde es especialista en quelación clínica de metales pesados y tóxicos no metálicos.

Además, es autor del libro *Los 5 equilibrios de la salud*, en el que expone cómo y por qué se producen algunas enfermedades y qué podemos hacer para prevenirlas o evitarlas.