



Fecha de publicación:
07/10/2026

Sello Editorial:
Alienta Editorial

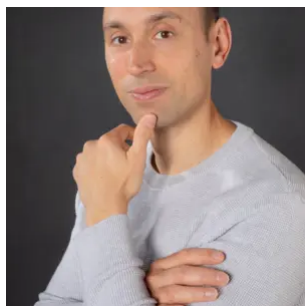
Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email: mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlía Llaó

Email: julia.llao@planeta.es



Niños ancestrales

Rubén Muñoz

Descubre los pilares que construyen la salud infantil desde antes de nacer

Descubre los pilares que construyen la salud infantil desde antes de nacer

Niños ancestrales nos enseña cómo las decisiones tempranas en el embarazo, durante la lactancia, la introducción alimentaria y el entorno moldean de forma decisiva el desarrollo inmunitario, digestivo, neurológico y emocional del niño.

A lo largo de sus capítulos, entenderás cómo funciona el aparato digestivo desde los primeros días, qué factores pueden dañarlo y cómo proteger la microbiota para cimentar una salud robusta.

También aprenderás qué debilita y qué potencia su sistema inmunitario, cómo cuidar la piel sin tóxicos y qué hábitos fortalecen el sistema osteomuscular en crecimiento, entre muchos otros aspectos..

Con una mirada integrativa, ancestral y basada en evidencia, este libro muestra que criar niños sanos no depende de protocolos rígidos, sino de comprender su biología, respetar sus ritmos y ofrecer un entorno que nutra cuerpo, mente y espíritu.

Esta es, en definitiva, una guía para volver a lo esencial: cuidar desde la conexión, la prevención y el conocimiento real de cómo se forma la salud en la infancia.

Rubén Muñoz

Rubén Muñoz es doctor en Enfermería Clínica y Comunitaria y experto en salud integrativa. Graduado en Enfermería y en Nutrición Humana y Dietética. Se especializó con un máster en Psiconeuroinmunología Clínica y otro en Tratamiento Integrativo de Enfermedades Autoinmunes, en el campo de la salud funcional e integrativa.

Cuenta con más de 20 años de experiencia clínica y docente, y es autor del libro *El kaizen autoinmune*. Además, colabora con empresas del sector de la medicina integrativa y acude regularmente a congresos como ponente e investigador, todo ello con gran dedicación y pasión por lo que hace.