



Antiaging natural

By BARAS VALL , VICTORIA

RBA Practica, 2012. soft. Book Condition: New. La cosmética y la cirugía han sido hasta ahora las únicas herramientas para prolongar la juventud y la belleza. En España, el aumento de la esperanza de vida ha provocado un creciente interés por el antiaging natural, que utiliza nutrientes de gran poder regenerativo para tratar y prevenir los efectos del envejecimiento. Este libro muestra cómo entrar con salud y energía en la edad de la madurez, el segundo tiempo, etapa vital en que el ser humano alcanza la plenitud de su sabiduría, su experiencia y su libertad personal. La obra brinda información imprescindible sobre el proceso de envejecer, los hábitos que lo aceleran y los que lo ralentizan y evitan problemas. Enseña a comer perdiendo peso y aplica técnicas de inteligencia emocional que influyen en el bienestar: el liderazgo de la propia vida, la gestión del estrés, el arte de los ritmos.



READ ONLINE
[3.04 MB]

Reviews

This is the finest book i have got study right up until now. I am quite late in start reading this one, but better then never. Once you begin to read the book, it is extremely difficult to leave it before concluding.

-- **Keanu Johns**

This is the finest book i have read until now. It is filled with wisdom and knowledge You can expect to like just how the author compose this ebook.

-- **Tobin Lesch**