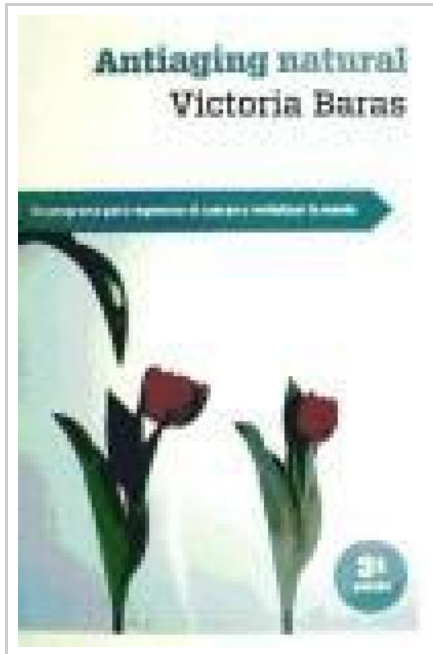




Antiaging natural

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
[8.95 MB]

Reviews

The publication is great and fantastic. I actually have read through and i am sure that i am going to planning to go through yet again yet again down the road. I realized this pdf from my dad and i encouraged this publication to understand.

-- **Jamarcus Runolfsson**

A top quality pdf and also the font applied was fascinating to learn. it was actually writtern extremely properly and valuable. I discovered this publication from my i and dad recommended this publication to find out.

-- **Jan Schowalter**