

El libro de la longevidad

Las claves naturales para una larga vida

Wolfe, David

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484456087

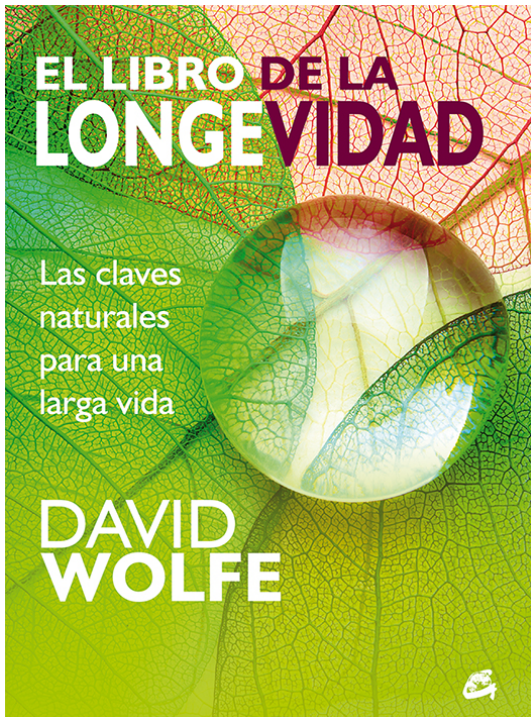
Páginas: 416

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,90 €

Coleccion: Salud natural



SINOPSIS

La nueva ciencia integral de la longevidad y del rejuvenecimiento total.

¿Cuánto tiempo podemos vivir? ¿Por qué envejecemos? Y, lo más importante: ¿qué podemos hacer al respecto?

El libro de la longevidad responde a estas preguntas ofreciendo un novedoso sistema integral de rejuvenecimiento y salud que incluye estrategias y recursos sencillos, útiles y asequibles para:

- * Limpiar y depurar el organismo desde el exterior hasta el nivel celular.
- * Equilibrar las hormonas para aumentar la masa muscular, la fertilidad, la fuerza vital y la felicidad.
- * Crear estrategias para prevenir y revertir los trastornos de calcificación asociados a la edad y a las lesiones, como la artritis, la formación de placas cardiovasculares y las afecciones articulares, entre otros.
- * Expulsar del organismo cada una de las diferentes familias de toxinas.
- * Mejorar y fortalecer los tejidos óseos.
- * Combatir de manera eficaz las inflamaciones.
- * Potenciar la longevidad a través del refuerzo de la inmunidad y la vitalidad.

Dirigido tanto a principiantes como a estudiantes avanzados de salud y nutrición, *El libro de la longevidad* contiene valiosa información expuesta de un modo sencillo y accesible, además de exclusivas recetas de alimentación natural y consejos y trucos para ...