

NOVEDAD**Salud hormonal**

Recupera tu equilibrio, el sueño, el deseo sexual y la vitalidad de manera natural

Sara

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788411081252

Páginas: 544

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 28,00 €

Colección: Salud Natural

SINOPSIS**DESCUBRE CÓMO EQUILIBRAR TUS HORMONAS PARA DISFRUTAR DE UNA SALUD ÓPTIMA**

El mensaje más habitual que reciben las mujeres es que el malhumor, la falta de apetito sexual, el agotamiento, la sequedad, el estrés y las dificultades para dormir son características propias de su género. O que la respuesta a todos sus problemas se encuentra en un bote de pastillas con receta médica. La Dra. Sara Gottfried, especialista en terapias funcionales e integrativas, se niega a aceptar que ser mujer signifique vivir agobiada o que medicarse sea la nueva normalidad, por lo que a lo largo de estas páginas presenta el exclusivo programa que le ha permitido ayudar a miles de sus pacientes a recuperar la energía y la salud.

A través de una combinación de terapias naturales, pruebas científicas rigurosas y un cuestionario informativo diseñado para identificar las causas comunes del desequilibrio hormonal, la Dra. Gottfried ofrece un plan individualizado del que podrán beneficiarse todas las mujeres, cualquiera que sea su edad.

La estrategia de tratamiento de tres niveles de la Dra. Gottfried se basa en:

- * Suplementos y cambios específicos de estilo de vida que abordan las deficiencias subyacentes.
- * Terapias herbales que restauran el equilibrio y optimizan la función natural del cuerpo.
- * Hormonas bioidénticas, la mayoría de las cuales pueden adquirirse sin ...