

Estreñimiento

Todas las soluciones a tu alcance

Repiso Ortega, Alejandro

Editorial: Océano

ISBN: 9788475567969

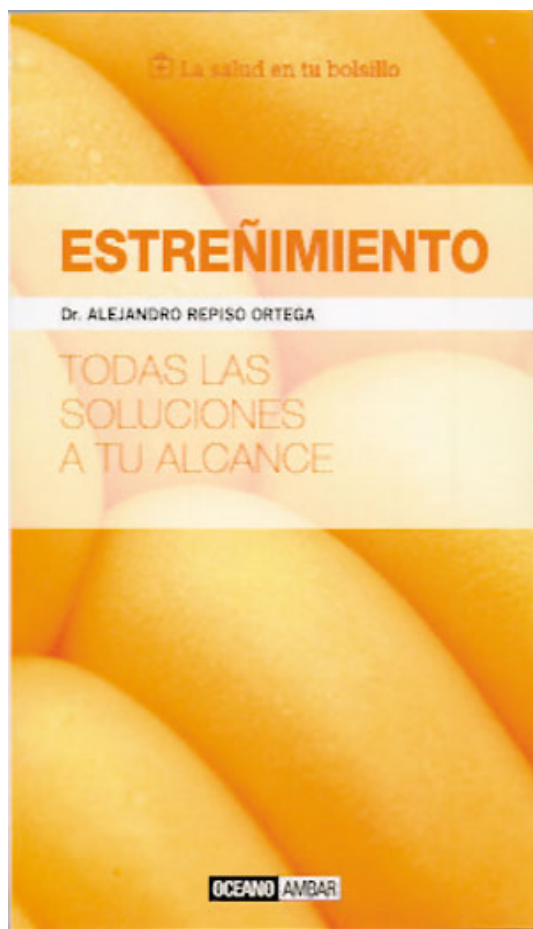
Páginas: 96

Dimensiones: 9 x 15,5 cm

Presentación: Rústica con tapas enfundadas en plástico

PVP.: 4,90 €

Colección: La salud en tu bolsillo



SINOPSIS

Más de siete millones de personas en España padecen de estreñimiento, un trastorno muy común que, en la mayoría de las ocasiones, se debe a una dieta inadecuada, el sedentarismo o el estrés. El objetivo de toda persona que desee hacerle frente debería ser recuperar la funcionalidad del intestino.

En este libro te explicamos: - Qué es el estreñimiento

- Causas y tipos de estreñimiento

- A qué personas les afecta más y por qué

- Qué consecuencias puede tener

- El mejor tratamiento

- Los peligros de los laxantes

- Cómo aumentar el consumo de fibra

- Cómo actuar cuando los más pequeños sufren estreñimiento