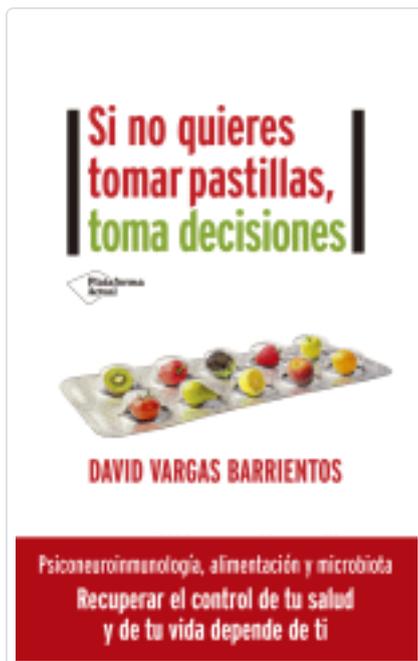


# SI NO QUIERES TOMAR PASTILLAS, TOMA DECISIONES



VARGAS, DAVID

## SINOPSIS

Actualmente, disponemos de medios más que suficientes para alimentar correctamente cuerpo y alma, pero con frecuencia tendemos a los extremos y olvidamos que el equilibrio es lo más natural. A menudo, tener garantizadas las necesidades vitales provoca una pérdida de la vitalidad y un deterioro de la forma de vivir y sentir, una merma de las reacciones instintivas que deberían surgir de las entrañas. Llegamos a tener la nevera llena, pero el alma vacía. De hecho, la nevera llena es una metáfora de patologías como obesidad, diabetes tipo II y enfermedades cardiovasculares, mientras que el alma vacía simboliza problemas como la ansiedad y la depresión. Así que si no queremos acabar tomando pastillas, tendremos que tomar decisiones. David Vargas nos acompaña en las decisiones que deberemos tomar si queremos recuperar el control de nuestra salud y bienestar, el control de nuestra vida. ...

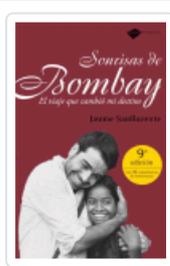


Editorial	PLATAFORMA EDITORIAL
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788418582110
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	140x0x mm.
Peso	300
Precio (Imp. inc.)	19,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	22/03/2021

## Títulos relacionados



SOY MAS LISTA QUE EL HAMBRE!  
(2ª EDICION)  
CAMPOS NAVARRO,  
EVA



SONRISAS DE BOMBAY (17ª EDICION)  
SANLLORENTE,  
JAUME



AHORA YO (6ª ED)  
ALONSO PUIG,  
MARIO



VIVIR LA VIDA CON SENTIDO (4ª ED)  
KUPPERS, VICTOR