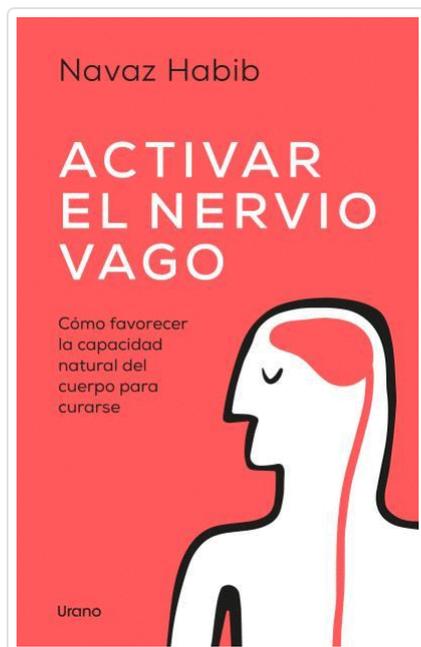


ACTIVAR EL NERVIOS VAGO



Habib, Navaz

SINOPSIS

Un enfoque revolucionario para recuperar la salud y regular el metabolismo. La ciencia destaca cada vez más la importancia del nervio vago para el equilibrio físico y mental, y cómo activarlo para ayudar a maximizar la capacidad regeneradora y reguladora del propio organismo. Navaz Habib, pionero en esta novedosa perspectiva, nos proporciona en estas páginas las herramientas necesarias para aprender a estimular el tono vagal en nuestro día a día, y regenerar nuestra salud. Mediante acciones muy sencillas podremos mejorar la digestión, la inmunidad, los niveles de azúcar en sangre, la inflamación, la calidad del sueño, el exceso de apetito o la ansiedad. Esta es una guía diseñada para empezar a disfrutar hoy mismo de un bienestar integral....



| | |
|-----------------------------|---------------|
| Editorial | URANO |
| Materia | PSICOLOGIA |
| EAN | 9788418714511 |
| Status | Disponible |
| Páginas | 224 |
| Tamaño | 213x135x0 mm. |
| Peso | 286 |
| Precio (Imp. inc.) | 16,00€ |
| Idioma | Español |
| Fecha de lanzamiento | 13/05/2024 |