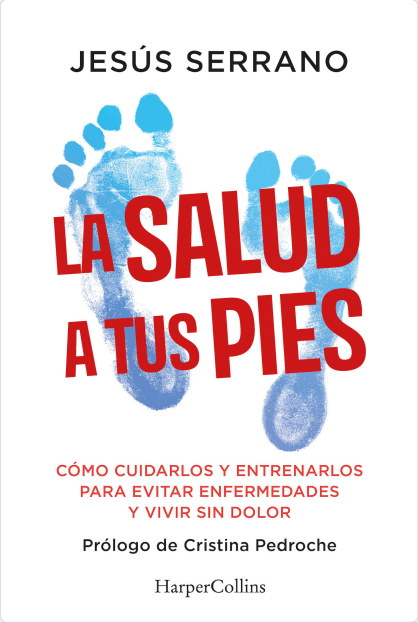
SALUD A TUS PIES, LA



Serrano, Jesús

SINOPSIS

¿SABÍAS QUE MUCHOS PROBLEMAS DE SALUD VIENEN POR UN MAL ESTADO DE NUESTROS PIES?
¿QUE EXISTE UNA ESTRECHA CONEXIÓN ENTRE ELLOS Y LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL?
¿QUE CAMINAR DESCALZO TIENE MÚLTIPLES BENEFICIOS PARA NUESTRO ORGANISMO?Los pies son una parte fundamental de nuestra salud y los responsables de muchas de las patologías que se ven en las consultas de traumatología y fisioterapia. Dolores de espalda, bruxismo, problemas de rodilla, posturales o deformaciones se deben a un incorrecto cuidado.En La salud a tus pies, el fisioterapeuta Jesús Serrano, que ha cambiado la vida de muchos de sus pacientes, desmonta mitos sobre estos grandes olvidados y propone un amplio abanico de hábitos saludables y ejercicios para entrenarlos con el sano propósito de prevenir enfermedades y mimar tu cuerpo y tu mente a través de ellos.CUIDA TUS PIES, CAMBIARÁ TU VIDA....

Editorial	HARPER COLLINS IBERICA
Materia	<Genérica>
EAN	9788410640740
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	215x140x14 mm.
Peso	269
Precio (Imp. inc.)	19,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	27/08/2024