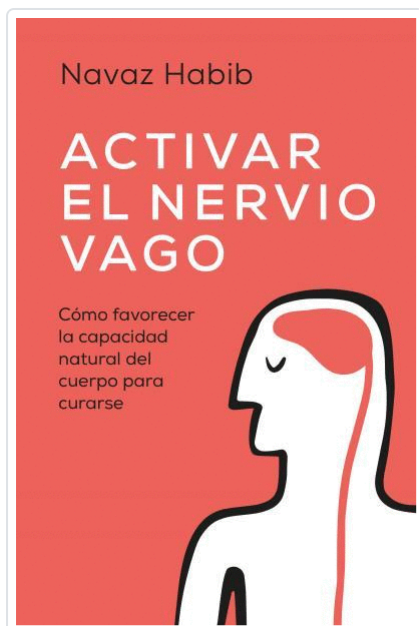


ACTIVAR EL NERVIOS VAGO



HABIB, NAVAZ

SINOPSIS

IMAGENES PARA EL AUDIOLIBRO

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	BOOKS4POCKET
Materia	[VFD] MEDICINA POPULAR Y SALUD
EAN	9788419130563
Status	Disponible
Tamaño	190x125x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	11,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	17/06/2025