

# TU CAMINO HACIA LA SALUD

Dra. Camino Díaz

## TU CAMINO HACIA LA SALUD



Descubre el origen de tus síntomas:  
la revolución silenciosa  
de la medicina integrativa

LIBROS CÚPULA



Editorial	CUPULA
Materia	[MBNH3] DIETÉTICA Y NUTRICIÓN
EAN	9788448045630
Status	Disponible
Páginas	250
Tamaño	230x2880x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,50€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	25/02/2026

## Dra. Camino Díaz

### SINOPSIS

¿Has normalizado el cansancio, la hinchazón, el insomnio o la ansiedad? ¿Vas de médico en médico, las pruebas «salen bien», pero tú sigues encontrándote mal? Tras más de veinte años de experiencia clínica, la Dra. Camino Díaz comparte el fruto de su recorrido desde la medicina convencional hasta la medicina integrativa y funcional: el Método CAMINO, un enfoque que une ciencia y conciencia para comprender qué hay detrás de los síntomas que el sistema convencional no logra explicar. Este libro es para quienes no se conforman con los diagnósticos y las sentencias médicas que solo proponen medicamentos de por vida, porque saben que, en el fondo, hay mucho más que hacer por su salud.

A través de los seis pilares esenciales de la salud —control ambiental, alimentación, microbiota intestinal, inflamación, naturaleza circadiana y origen emocional—, descubrirás qué factores bloquean tu capacidad natural de sanar y cómo recuperar la energía, la claridad mental y el bienestar que creías perdidos.

Una lectura reveladora que te invita a dejar de sobrevivir con síntomas, reconectar con la sabiduría de tu cuerpo y recuperar tu camino hacia la salud....