

Tu mente es tuya (Medicinas complementarias)

• Una obra revolucionaria que aborda las características específicas de la depresión entre mujeres. • Ofrece un programa integral para recuperar la salud mental sin necesidad de medicación. • La autora propone cambios en la alimentación, desintoxicación del entorno, hábitos de descanso y técnicas para combatir el estrés. La doctora Kelly Brogan, una eminencia mundial en el campo de la psiquiatría, la neurología cognitiva y la medicina psicosomática, presenta un novedoso paradigma para el tratamiento de la depresión y sus primos hermanos, tales como la angustia, el cansancio crónico, la irritabilidad, los ataques de pánico o el insomnio: sana el cuerpo y sanarás la mente. La depresión y otros trastornos mentales, afirma Kelly Brogan, no se deben a un desequilibrio en la química cerebral, como viene afirmando la medicina, sino al estilo de vida y a condiciones fisiológicas que tienen su origen lejos del cerebro, en órganos como el intestino y la tiroides. Basándose en estudios publicados y contrastados, la psiquiatra y neuróloga propone sencillas estrategias para recuperar la alegría de vivir sin recurrir a los fármacos ni a largas sesiones de psicoterapia, que incluyen cambios en la dieta, suplementos naturales, sueño y desintoxicación. Una obra rigurosa, valiente y novedosa que nos garantiza una transformación radical, tanto física como mental.

Tu mente es tuya (Medicinas complementarias) por Kelly Brogan fue vendido por EUR 18,00 cada copia. El libro publicado por Urano. Contiene 384 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Tu mente es tuya (Medicinas complementarias)
- ISBN: 8479539593
- Fecha de lanzamiento: November 21, 2016
- Número de páginas: 384 páginas
- Autor: Kelly Brogan
- Editor: Urano

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Tu mente es tuya (Medicinas complementarias) en línea. Puedes leer Tu mente es tuya (Medicinas complementarias) en línea usando el botón a continuación.

[LEER ON-LINE](#)

Una palabra tuya bastará para sanarme: GRANDES FRAUDES DE ...

No significa que en otras no hubiera buenos, ni que en todas las profesiones no existan buenos y malos, pero en Medicina sólo había buenos. La Medicina y ...

La acupuntura también mata

Probablemente a todos se nos viene a la mente la acupuntura cuando pensamos en técnicas orientales de medicina alternativa. Lleva siendo usada desde hace ...

Como se llama a la “Medicina” Alternativa que funciona ...

Empecemos por ver que es la medicina alternativa: Richard Dawkins, profesor de Public Understanding of Science en la Universidad de Oxford, define la ...

Lavados Colonicos, NO SIRVEN! te pueden llegar a matar ...

Continuando con nuestro ciclo circular de terapias alternativas, tenemos lo último en tecnología! Enemas de colon, la irrigación del colon, auto ...

No lo conseguimos. Lo que nuestra historia puede seguir ...

Animo Alfonso ,siento mucho el fallecimiento de tu esposa;Has sido una persona muy fuerte ,inteligente y comprometido,gracias a ello has podido disfrutar ...

Los recién nacidos con la cabeza muy pequeña deben ser ...

Alex, el perímetro craneal por sí sólo no indica nada más que tu hijo tiene la cabeza más pequeña que los niños de su edad. Lo importante es la ...

Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria

Web oficial de la Universidade da Coruña. Enlaces a centros, departamentos, servicios, planes de estudios.

Libro

Un libro (del latín liber, libri) es una obra impresa, manuscrita o pintada en una serie de hojas de papel, pergamino, vitela u otro material, unidas por ...

Limpieza hepática y de vesícula: el timo de Andreas Moritz ...

Desde hace algún tiempo tengo ganas de escribir algo sobre Andreas Moritz y su limpieza

hepática. Imaginad durante un momento que este post va a cambiar ...

Más charlatanes: el “EFT tapping”

Si cualquiera de los que están leyendo estas líneas ha sufrido una depresión, padece una fobia o tiene un fuerte complejo de inferioridad, sabrá por ...