

# **La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable (Spanish Edition)**

Cuando en la antigua Grecia un esclavo sufría una dolencia, el médico le aplicaba un remedio que aplacara la molestia para que volviera de inmediato a sus labores. En cambio, cuando era un hombre libre el que recurría a sus servicios, el médico acostumbraba a «retirarlo del mundo»; lo enviaba a un lugar silencioso y tranquilo para que pudiera escuchar su cuerpo, observar sus procesos internos y entender así qué quería decirle ese síntoma o malestar.

Desde entonces, la medicina ha sufrido un enorme progreso tecnológico, pero ¿no es la salud lo mismo para nosotros que para los hombres de la antigua Grecia? Y es que, cuando hablamos de salud en el siglo XXI, no nos referimos tan solo a la ausencia de enfermedad, ni tampoco a ese estado de no-síntoma alcanzado a través de la medicación, estamos hablando de un propósito, de la conquista de un estado interno de bienestar que todos debemos asumir, y que podemos alcanzar, a partir del autoconocimiento de nosotros mismos y del recuerdo de nuestra naturaleza holística como seres humanos.

Para acompañarnos a asumir este reto, La salud, tu mejor talento nos propone la mejor forma de alcanzar un estado superior de bienestar: conocer y respetar los ritmos biológicos del cuerpo, explotar el potencial sanador de una alimentación consciente y de noches con sueño de calidad, aprender a relajarnos y obtener un beneficio óptimo del ejercicio físico. De esta forma, la autora nos propone reconectarnos con nuestra verdadera naturaleza para convertirnos en gestores y promotores de nuestra salud.

La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable (Spanish Edition) por Dra. Lourdes Tomás fue vendido por £8.99 cada copia. El libro publicado por Plataforma. Contiene 216 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



**La salud es el nuevo talento  
del siglo XXI**

- Título del libro : La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: September 14, 2016
- Número de páginas: 216 páginas
- Autor: Dra. Lourdes Tomás
- Editor: Plataforma

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable (Spanish Edition) en línea. Puedes leer La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

# LA SALUD TU MEJOR TALENTO EL CAMINO HACIA UNA VIDA SALUDABLE

[download] ebooks la salud tu mejor talento el camino hacia una vida saludable pdf LA SALUD TU MEJOR TALENTO EL CAMINO HACIA UNA VIDA SALUDABLE La salud tu ...

## La salud, tu mejor talento [Health, Your Best Talent ...

Download the app and start listening to La salud, tu mejor talento [Health, ... El camino hacia una vida saludable ... This audiobook is in Spanish.

## La salud, tu mejor talento : Dra. Lourdes Tomás

La salud, tu mejor talento El camino hacia una vida saludable. By: ... Cuando en la antigua Grecia un esclavo sufría una ... This audiobook is in Spanish.

## Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu ...

... tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition) ... con el objetivo de conocerte mejor, escuchar tus ... Camino Hacia Una Vida Saludable ...

## Vida Saludable

... dar el próximo paso en su camino hacia una vida ... saludable son la dieta y el ... saludable. Una buena salud puede disminuir el ...

## Libros de Descarga Gratuita

... Spanish edition de ... tu mejor talento: El camino hacia una vida saludable. Descripciones La salud, tu mejor talento: El camino hacia una vida ...

## HISTORY CHINA WOLFRAM EBERHARD

la salud, tu mejor talento: el camino hacia una ...  
la\_salud\_tu\_mejor\_talento\_el\_camino\_hacia\_una\_vida ... inolvidable\_spanish\_edition ...

## Guía fácil de Kinesiología

La Salud, Tu Mejor Talento. ... El camino hacia una vida saludable. ... descargarse previamente el programa de lectura Adobe Digital Edition ...