

# **El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrés, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habían contado (Spanish Edition)**

Manteniendo, o incluso mejorando, el lenguaje imaginativo y accesible que tanto le distinguió en *El mono obeso* (2004), esta vez José Enrique Campillo trata el estrés, otro de los grandes males de nuestro tiempo. Ayudándose de la medicina darwiniana, el doctor Campillo se ocupa de un sinfín de cuestiones ante las que ningún lector puede permanecer ajeno; cuestiones del tipo de ¿cómo podemos prevenir o atenuar los efectos del estrés?, ¿qué pasa en nuestro cuerpo cuando tomamos, por ejemplo, una cena muy salada?, el exceso de sal y la hipertensión, o ¿cómo se desencadena una diabetes y qué hacer para prevenir su desarrollo? Y, por supuesto, no olvida tratar de algunas de las estrategias (como la alimentación o la medicación) para combatir esta gran plaga de nuestro tiempo que es el estrés.

El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrés, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habían contado (Spanish Edition) por José Enrique Campillo Álvarez fue vendido por £8.49 cada copia. El libro publicado por Editorial Crítica. Contiene 285 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 : El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrés, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habían contado (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: January 14, 2014
- Número de páginas: 285 páginas
- Autor: José Enrique Campillo Álvarez
- Editor: Editorial Crítica

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrés, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habían contado (Spanish Edition) en línea. Puedes leer El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrés, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habían contado (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

## **Libro**

El libro comprendido como una unidad de hojas impresas que se encuentran encuadernadas en determinado material que forman un volumen ordenado, puede ...

## **Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria**

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