DIETOTERAPIA

Inés Santa María

CYDONIA EDICIONES, S.L.

Materia: MEDICINA Y SALUD
Colección: CYDONIA
Encuadernación: TAPA BLANDA O BOLSILLO
PVP: 15.00 €
EAN: 9788494832116
Páginas: 214
Tamaño: 145x215 mm.

Todas las claves para cambiar de hábitos y alcanzar la salud y el bienestar.

- La autora, profesora de Biología, ingeniera medioambiental y naturópata revisita en este libro los tópicos sobre la alimentación, cuestiona las modas nutricionales y pone el acento en los principales problemas y trastornos de la salud que vive el ser humano del siglo XXI.

Sinopsis

Inés Santa María explica, en un lenguaje sencillo y accesible, todas las pautas de alimentación y las relaciona con el medio ambiente y con la psicología para ofrecer un modelo de dieta y un estilo de vida saludable y respetuoso con el entorno.

INÉS SANTA MARÍA

Es farmacéutica y posee un máster en Medicina Natural y Atención Primaria y otro en Ingeniería Ambiental. Profesora de Biología durante más de 20 años, trabaja como coach en salud.
Es especialista en Nutrición Ortomolecular y Nutrición Celular Activa. Practicante de Ashtanga e Iyengar Yoga desde hace más de 20 años.