

Conquistar el dolor



Filesize: 6.27 MB

Reviews

Unquestionably, this is actually the very best job by any publisher. It really is basic but unexpected situations within the 50 % from the book. I discovered this book from my dad and i advised this publication to discover.
(Dr. Willis Walter)

CONQUISTAR EL DOLOR



BLUME (Naturart), 2013. soft. Book Condition: New. Aliviar el dolor está en sus manos: una actitud mental positiva, una buena postura y la práctica de ejercicio físico, así como los cambios en la dieta, pueden ayudar a romper el círculo del dolor. Este libro ofrece una orientación con respecto a las terapias y las técnicas revolucionarias que han mostrado ser eficaces, entre las que se encuentran la hipnoterapia y la desensibilización. Incluye ejercicios ilustrados para aliviar el dolor y mejorar la movilidad, tales como masajes y estiramientos suaves, así como una guía de tratamientos para trastornos comunes, como el dolor cervical. Tanto si sufre dolor de espalda como de cabeza, cefaleas persistentes, artritis, trastornos de estómago, o repetidas lesiones a causa de la tensión, este libro le proporciona una guía completa para aliviar el dolor de un modo natural a través de ejercicios de relajación, respiración, entrenamiento autógeno, meditación, visualización y masajes, entre otros. El conocido experto Leon Chaitow le ofrece soluciones duraderas para ayudarle a controlar su dolor y reducir su dependencia de los analgésicos farmacológicos. Asimismo, explica el funcionamiento y la eficacia de las terapias complementarias como la hidroterapia o los aromas curativos, y destaca la importancia de la correcta alimentación en los procesos que cursan con dolor.



[Read Conquistar el dolor Online](#)



[Download PDF Conquistar el dolor](#)

You May Also Like



Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition

Pinata Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 178 pages. Dimensions: 8.3in. x 5.4in. x 0.6in. First ever Spanish-language edition of the critically acclaimed collection of short stories for young adults by a master of Latino literature...

[Save PDF »](#)



Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love

Cajunflair Publishing. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 112 pages. Dimensions: 8.0in. x 5.0in. x 0.3in. Its late 1974, and high school student, Melinda Dawson is in serious trouble. Within two hours of revealing her suspected pregnancy...

[Save PDF »](#)



The Secret That Shocked de Santis

Harlequin, United States, 2016. Paperback. Book Condition: New. Not for Online.. 165 x 104 mm. Language: English . Brand New Book. How is she going to tell him? Army lieutenant Stella Zambrano had the surprise...

[Save PDF »](#)



Letters to Grant Volume 2: Volume 2 Addresses a Kaleidoscope of Stories That Primarily, But Not Exclusively, Occurred in the United States. It de

Createspace, United States, 2013. Paperback. Book Condition: New. 216 x 140 mm. Language: English . Brand New Book ***** Print on Demand *****. Volume 2 addresses a kaleidoscope of stories that primarily, but not exclusively, occurred...

[Save PDF »](#)



365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories

Barbour Pub Inc, 2015. PAP. Book Condition: New. New Book. Shipped from US within 10 to 14 business days. Established seller since 2000.

[Save PDF »](#)