



LAS DIOSAS NUNCA ENVEJECEN

Una obra práctica e inspiradora que invita a las mujeres a envejecer con vitalidad y plenitud, cuidándose físicamente, liberándose de emociones tóxicas y afrontando el proceso como una experiencia completamente positiva para el cuerpo y el alma.

La autora combina historias personales con ejercicios prácticos y las últimas investigaciones en materia de salud y envejecimiento.

La Dra. Christiane Northrup está considerada una destacada experta en temas de salud y bienestar de la mujer a nivel internacional. «Deja salir a la diosa que llevas dentro. Acógela, complácela, haz que se sienta a gusto. Poco a poco, empezará a asomar. Hasta que un día, muy pronto, te mirarás al espejo y una mujer totalmente nueva te devolverá la sonrisa.» Christiane Northrup Tengamos la edad que tengamos, siempre seguiremos siendo diosas... Christiane Northrup, autora de cabecera de millones de mujeres en todo el mundo, nos demuestra que la experiencia de envejecer puede ser radicalmente distinta de todo cuanto nos han contado. Para burlar la temida decadencia, afirma la doctora Northrup, no hacen falta operaciones y medicamentos. Combinando ejercicios prácticos con las últimas investigaciones acerca de la salud y el envejecimiento, nos acerca los principios de una vida sin edad, desde una salud vibrante hasta una vida sexual plena, pasando por la belleza y la capacidad de mover el cuerpo con alegría y facilidad.

Autor: Christiane Northrup

Ediciones Urano