

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título:

Autor:

Precio: \$405.00

Editorial:

Año: 2007

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9788498011838

La electrocontaminación y la tensión geopática son, entre otros, algunos de los factores que causan estrés y que la autora, tras haberlos padecido, describe. ¿Cómo pueden combatirse? Las soluciones apuntadas, en muchos casos resultado de la experiencia personal, se apoyan además en fuentes de especialistas y científicos, por lo que resulta una obra rigurosa que seguramente incentivará al lector a profundizar más en el tema. Tanto en el capítulo dedicado a enumerar los factores estresantes como en el que se mencionan las medidas para aliviar el estrés, más que aportar ideas generales se incide en soluciones concretas, que además pueden ponerse en práctica de forma sencilla y sin hacer grandes cambios en el hogar. Por último, el tercer capítulo analiza cómo pueden potenciarse el que todas las habitaciones de la vivienda favorezcan una vida sana, con lo que, en definitiva, el libro constituye un punto de partida que invita a plantearse cómo vivir en un entorno más saludable.