

# **Niños sanos, adultos sanos: La salud empieza a programarse en el embarazo**

## **(Spanish Edition)**

Sumergidos en la abundancia de alimentos y fármacos, nuestros niños son cada vez más asmáticos, más alérgicos, más "atópicos", más obesos... Hemos pasado de enfermar por infecciones a enfermar por el exceso de higiene y la falta de microbios. Hemos dejado de comer comida para comer productos comestibles. Hemos pasado de huir de los leones a vivir con una manada de ellos; el estrés puntual se ha convertido en estrés crónico.

La microbiota intestinal –los microbios que residen en nuestros intestinos– , la alimentación y la gestión del estrés, son tres factores clave que debemos cuidar para disfrutar de una vida sana en niños y adultos.

Niños sanos, adultos sanos es un libro que expone, desde una perspectiva integrativa, en concordancia con nuestra evolución y apoyándose en los últimos descubrimientos científicos, cómo la salud del adulto se programa desde la concepción, pasando por el parto, la lactancia, la introducción de los alimentos y los primeros años de vida. Está escrito en un lenguaje sencillo, en el que se ofrecen soluciones prácticas (huyendo de intereses y manipulaciones), fácilmente aplicables por mamás, papás y profesionales de la salud, y con las que niños y adultos disfrutemos de una vida sana.

Niños sanos, adultos sanos: La salud empieza a programarse en el embarazo (Spanish Edition) por Xavi Cañellas fue vendido por £5.69 cada copia. El libro publicado por Plataforma. Contiene 306 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 : Niños sanos, adultos sanos: La salud empieza a programarse en el embarazo (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: October 26, 2016
- Número de páginas: 306 páginas
- Autor: Xavi Cañellas
- Editor: Plataforma

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Niños sanos, adultos sanos: La salud empieza a programarse en el embarazo (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Niños sanos, adultos sanos: La salud empieza a programarse en el embarazo (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.