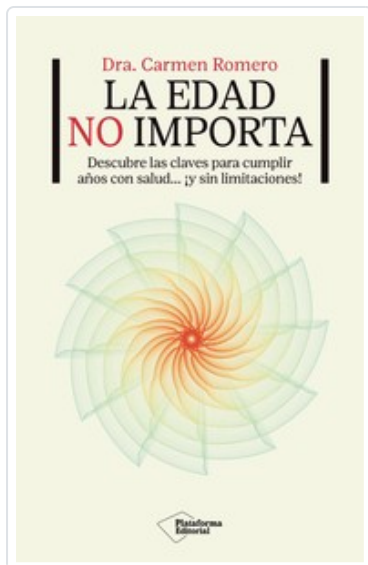


EDAD NO IMPORTA, LA

ROMERO, DRA. CARMEN

SINOPSIS

Cumplir años es inevitable. Pero envejecer, cada vez más, es una elección. En *La edad no importa*, la doctora Carmen Romero ?especialista en antienviejecimiento y longevidad? explica cómo podemos conocer nuestra edad biológica real y qué podemos hacer para frenarla, mejorarla o incluso revertirla. Con un enfoque científico, riguroso y cercano, este libro aborda el envejecimiento desde múltiples ángulos: medicina preventiva, salud mental, nutrición, mindfulness y técnicas milenarias como la bioenergía o la psiconeuroinmunología. En un mundo donde la longevidad ya no es solo un deseo, sino un reto global, esta guía se convierte en un recurso imprescindible para quienes quieren vivir más y mejor. ...



Editorial	PLATAFORMA
Materia	PSICOLOGIA DEL ENVEJECIMIENTO
Colección	PLATAFORMA
EAN	9791387813093
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	140x220x mm.
Peso	250
Precio (Imp. inc.)	21,00€
Fecha de lanzamiento	05/09/2025

Títulos relacionados



VIDA SECRETA DE
LOS INSECTOS, LA
OTERO, JOSE
CARLOS



VIDA SECRETA DE
LAS ARAÑAS, LA
OTERO, JOSE
CARLOS



MAMÁ, ME HAGO
MAYOR... UNA
GUÍA PARA
AYUDARTE EN LA
TRANSICIÓN DEL
BEBÉ AL NIÑO
PEQUEÑO
CAMACHO, PEDRO



EDUCAR CON
DISCIPLINA
POSITIVA. AMOR,
LÍMITES Y
RESILIENCIA
CASTAÑO,
FRANCISCO