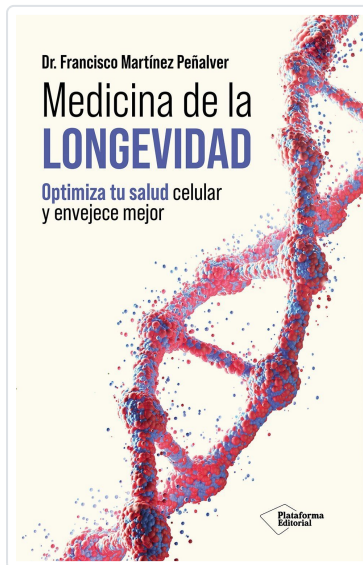


MEDICINA DE LA LONGEVIDAD. OPTIMIZA TU SALUD CELULAR Y ENVEJECE MEJOR



MARTÍNEZ PEÑALVER, FRANCISCO

SINOPSIS

Deja de ser un paciente pasivo y conviértete en el arquitecto de tu propia salud.

¿Y si la pregunta más importante para tu médico no fuera cómo curar tu enfermedad, sino cómo construir una salud lo suficientemente robusta para que esta nunca llegue a aparecer? Tras años en primera línea, el doctor Francisco Martínez Peñalver, médico internista, llegó a una conclusión alarmante: la medicina tradicional siempre llega tarde.

Frente al enfoque sanitario tradicional y reparador, esta obra nos propone convertirnos en los arquitectos de nuestra propia biología y abandonar el paradigma del bombero apagafuegos para construir una salud realmente preventiva y resistente. El objetivo es claro: ensanchar los años de vitalidad y reducir al mínimo el periodo de vejez enferma.

A través de un plan semanal realista y libre de dogmas, el autor desmitifica el equilibrio hormonal y nos abre la puerta a la medicina del futuro. El futuro de tu salud está en tus manos....

Editorial	PLATAFORMA
Materia	DIVULGACION CIENTIFICA
Colección	PLATAFORMA
EAN	9791388406027
Status	Disponible
Páginas	296
Tamaño	220x140x17 mm.
Peso	280
Precio (Imp. inc.)	25,90€
Fecha de lanzamiento	02/10/2026

Títulos relacionados

