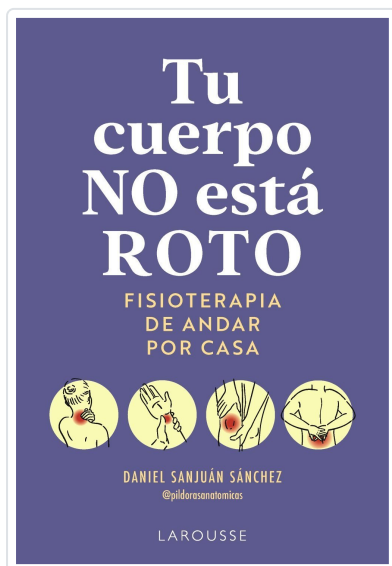


TU CUERPO NO ESTÁ ROTO. FISIOTERAPIA DE ANDAR POR CASA



SANJUÁN SÁNCHEZ, DANIEL

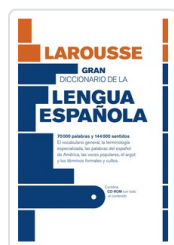
SINOPSIS

No hace falta romperse para ir al fisio. Cuando nos duele algo, pensamos que estamos rotos. Como si estuviéramos hechos de pequeñas piezas que poco a poco se van desgastando o rompiendo. Incluso en algunos momentos, pensamos que podemos cambiarlas. Pero... ¿Realmente esto es así? Siento decirte que no, que la mayoría de las veces que te duele algo no está roto. No hace falta que te rompas para que vayas al fisio, aunque probablemente cuando te rompas, lo hagas. Este libro va de eso, del dolor que tanto nos preocupa en el día a día. ¿Tienes miedo a las contracturas? ¿Y a la ciática? Hablaremos de ello. También de otras lesiones que seguro que has escuchado. ¿Te suena eso de fascitis, pata de ganso, los meniscos, en manguito rotador o el cruzado? ¿Te ha pasado? ¿Conoces a alguien que lo ha sufrido? Después de este libro se te irán todas las dudas. Ah, también va sobre lo que hace un fisio (y uno mismo) para poder recuperarlas. ¿Frío o calor? ¿El masaje me quita las contracturas? ¿Para qué sirven las agujas? ¿Todas esas máquinas sirven para algo? Si quieres entender tu cuerpo de verdad, no sé a qué estás esperando....

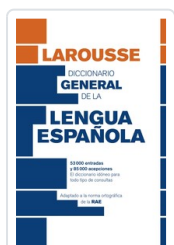


Editorial	LAROUSSE
Materia	TRASTORNOS DE LA ALIMENTACION Y SU TRATAMIENTO
Colección	LAROUSSE
EAN	9791388145063
Status	Disponible
Páginas	216
Tamaño	225x155x18 mm.
Peso	415
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Fecha de lanzamiento	13/10/2026

Títulos relacionados



GRAN DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA
LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO GENERAL DE LENGUA ESPAÑOLA
LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO ESENCIAL LENGUA ESPAÑOLA
LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO MINI LENGUA ESPAÑOLA
LAROUSSE EDITORIAL