

PIEL DE AYUNO. LO QUE LA INDUSTRIA DE LA COSMÉTICA NO QUIERE QUE SEPAS

LIDIA BLÁNQUEZ
Autora de *Del ayuno a la conciencia*



LO QUE LA INDUSTRIA COSMÉTICA
NO QUIERE QUE SEPAS



BLÁNQUEZ, LIDIA

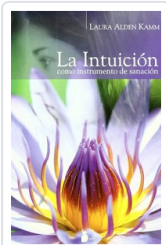
SINOPSIS

La piel no es solo el órgano más extenso del cuerpo, ni únicamente una barrera protectora; la piel es un campo de memoria, un mapa vibrante donde se graban la historia biológica, las emociones más íntimas y las huellas invisibles del espíritu. El ayuno nos revela esta verdad de manera sutil y poderosa. Cuando dejamos de ingerir lo externo, el organismo activa sus rutas internas de ahorro y reparación, recicla lo dañado y abre espacio a lo nuevo. La ciencia lo llama autofagia, activación de células madre, equilibrio hormonal, reducción del estrés oxidativo; la autora, en estas páginas, lo presenta como renacimiento, como el brillo fresco en un rostro que parece rejuvenecer desde dentro. La transformación va más allá de lo físico. La piel se convierte en oráculo silencioso: habla de emociones liberadas, de memorias filtradas por los riñones, de pensamientos que dejan de inflamar. Cada poro respira la quietud interior. Cada célula recuerda que es parte de un entramado mayor de luz y conciencia. Lidia Blánquez te invita a mirar tu piel no solo como envoltura, sino como umbral. Para ella, la piel es límite y es puente. Es espejo y es antena. Es archivo y es profecía....



Editorial	SIRIO
Materia	FORMA FISICA Y ALIMENTACION
Colección	LIBROS SIRIO
EAN	9791387974497
Status	Disponible
Páginas	196
Tamaño	210x135x0 mm.
Peso	286
Precio (Imp. inc.)	12,95€
Fecha de lanzamiento	26/10/2026

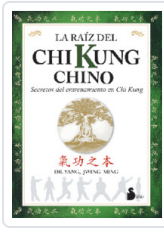
Títulos relacionados



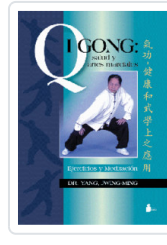
INTUICION COMO INSTRUMENTO SANACION
ALDEN, LAURA



CURAR EL CUERPO ELIMINAR DOLOR
SARNO, JOHN



RAIZ DEL CHI KUNG CHINO
YANG, JWING-MING



QIGONG SALUD Y ARTES MARCIALES
YANG, JWING-MING