

¿POR QUÉ ENFERMAMOS?

Eva Arrieta



ESCUCHA A TU CUERPO, CONÓCELO Y

MEJORA TU SALUD

Planeta

¿Por qué enfermamos?

Eva Arrieta

Un libro práctico que nos propone transformar la salud aprendiendo a escuchar a nuestro cuerpo, detectar las señales de alerta y evitar que enfermemos

Enfermamos porque nos desconectamos de nuestro cuerpo y de nuestras emociones.

Esta ausencia de responsabilidad sobre lo que nos pasa provoca que, antes de buscar las causas dentro de nosotros, echemos la culpa de la adversidad a condiciones externas. Vivimos en una cultura que evita el dolor, por ello silenciamos todos los síntomas con medicamentos, para que no interrumpan nuestro ritmo de vida.

Este libro práctico nos propone viajar a los orígenes del dolor y de la enfermedad para escuchar a nuestro cuerpo, detectar las señales de alerta y traducir lo que los síntomas dicen de nosotros. Eva Arrieta nos dará las pautas necesarias para mejorar nuestra alimentación, gestionar nuestras emociones y, en definitiva, vivir más y mejor.

Fecha de publicación:

13/11/2020

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx

Eva Arrieta

Eva Arrieta vive y trabaja en San Sebastián, donde ejerce en una consulta privada desde 1992. Sus conocimientos y experiencia han ayudado a muchas personas a transformar su salud física y emocional de una forma natural y sencilla. Estudió Fisioterapia en la Universidad Complutense de Madrid y Osteopatía estructural, visceral y sacro-craneal en la Escuela de Osteopatía de Madrid, donde fue profesora, y en la Universidad de Alcalá de Henares. También cursó estudios de Fisioterapia deportiva, reeducación postural y acupuntura aplicada a la Osteopatía. Apasionada y enamorada del comportamiento del cuerpo humano, Arrieta se dedica a estudiar los síntomas de sus pacientes explorando nuevos caminos para buscar el origen de sus dolencias. Interpreta el lenguaje del cuerpo y empodera a las personas para conocerse y curarse.