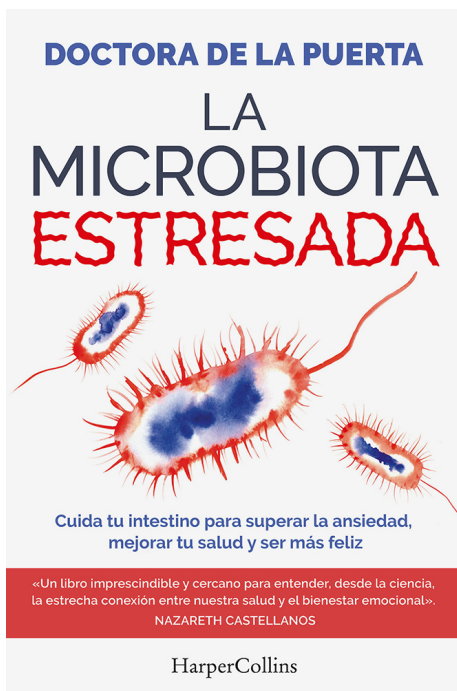


Doctora, De La Puerta

Soy la doctora M^a Dolores de la Puerta, nací en Cartagena. Aunque inicialmente me formé como cirujano plástico, circunstancias personales hicieron que hacia el año 2000 empezara a explorar el maravilloso mundo de la microbiota intestinal. Poco a poco fui evolucionando mi práctica clínica asistencial, dedicándome a tratar en la consulta pacientes con todas las patologías asociadas a la disbiosis intestinal, y esto es lo que hago y a lo que me dedico en la actualidad. No he dejado de estudiar e investigar desde entonces, evolucionando el abordaje de mis pacientes y aplicando a los tratamientos lo que descubro cada día. Es con ellos y de ellos con quien más he aprendido y son ellos los que me animan y motivan para seguir haciéndolo. En la medicina y en la vida, ser flexible me ha permitido caminar recto y nunca darme por vencida, me ha permitido llegar, una y otra vez, un poco más lejos.

riverside
agency

La microbiota estresada

Autor: Doctora, De La Puerta

HarperCollins

ISBN: 978-84-10-64198-3 / Rústica / 240pp | 140 x 215 cm

Precio: \$ 42.900,00

Una mala relación de pareja, la muerte de un ser querido, situaciones laborales complicadas, momentos estresantes? ¿Sabías que las preocupaciones tienen un impacto directo en tu microbiota?, ¿que la inflamación es el carísimo precio del estrés y el origen de casi todas las enfermedades tanto físicas como emocionales? En su nuevo libro, la Dra. de la Puerta, una de las mayores expertas en microbiota, demuestra cómo todo lo que pasa por nuestra cabeza influye de manera inmediata en nuestro intestino. Basándose en sus años de investigación y en su dilatada experiencia clínica, la autora ofrece las claves fundamentales para mantener nuestro micromundo intestinal sano y fomentar la química de la felicidad. Una guía esencial para entender que el descanso, la alimentación, el deporte y la resiliencia son indispensables para evitar el estrés y la ansiedad. «Un libro imprescindible y cercano para entender, desde la ciencia, la estrecha conexión entre nuestra salud y el bienestar emocional». NAZARETH CASTELLANOS

Una mala relación de pareja, la muerte de un ser querido, situaciones laborales complicadas, momentos estresantes? ¿Sabías que las preocupaciones tienen un impacto directo en tu microbiota?, ¿que la inflamación es el carísimo precio del estrés y el origen de casi todas las enfermedades tanto físicas como emocionales?