



riverside
agency

Señoras

Autor: Elena, Del Estal

Autor: Alberta Mª, Fabris

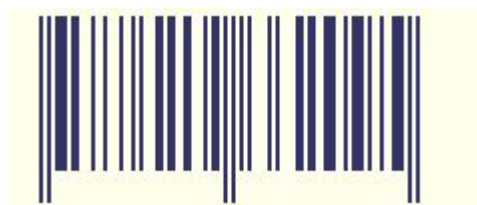
Autor: Adriana F., Caamaño

Autor: Tania R., Manglano

Arpa

ISBN: 978-84-19662-09-5 / Rústica / 240pp | 140 x 213 cm

Precio: \$ 42.900,00



Elena, Del Estal

Es licenciada en Farmacia y dietista-nutricionista. Trabaja con perspectiva de género y salud en todas las tallas. Es socia de Zentro Empatía, de la asociación KintsugiTLP y cuenta con una amplia experiencia docente. Tiene muy clara la importancia del abordaje integral de la salud.

Una guía integral para vivir tu menopausia con plenitud desde una mirada crítica y feminista. La menopausia es, para muchas mujeres, una etapa difícil de afrontar, tanto por la falta de información como por la forma en que la sociedad se empeña en invisibilizarla. En este libro encontrarás información vital sobre el climaterio de una forma tan sencilla y directa como técnica. Elena del Estal (Ida. en Farmacia y dietista-nutricionista), Alberta Mª Fabris (ginecóloga), Adriana F. Caamaño (psicóloga y sexóloga) y Tania R. Manglano (fisioterapeuta y osteópata) son cuatro profesionales de la salud que ponen en común sus conocimientos y su experiencia clínica, ofreciendo consejos prácticos y reflexiones reveladoras, animándote a abrazar la vivencia de la madurez, disfrutarla con plenitud y resignificarla. Un torrente de luz sobre lo que nos han vendido como un periodo de oscuridad. Cuando termines de leer Señoras, sentirás que puedes hacer frente a todas tus creencias limitantes.

La menopausia es, para muchas mujeres, una etapa difícil de afrontar, tanto por la falta de información como por la forma en que la sociedad se empeña en invisibilizarla. En este libro encontrarás información vital sobre el climaterio de una forma tan sencilla y directa como técnica.