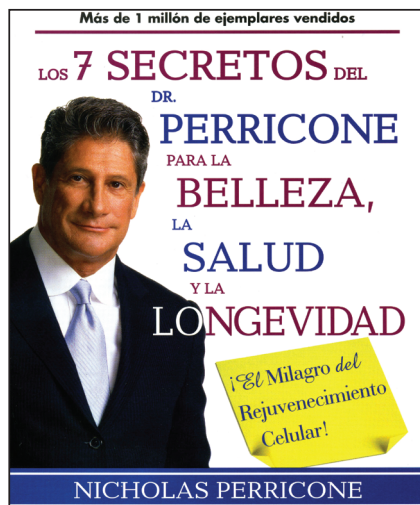


Son meses para verse BIEN



LOS 7 SECRETOS DEL DR. PERRICONE PARA LA BELLEZA, LA SALUD Y LA LONGEVIDAD

Autor: Nicholas Perricone

Editorial: Océano

Año: 2008

Páginas: 324

Precio aproximado: \$225



De acuerdo a lo expuesto en el libro, todo se basa en el rejuvenecimiento celular, y a partir de ahí, lograr el bienestar físico. El doctor indica "La cirugía plástica no es el único medio de detener el envejecimiento; con los cuidados adecuados, podemos tener una salud fabulosa a los 40, 50, 60 años y más". El libro no está expuesto como un mero 1-2-3, sino que explica cómo fundamenta su propuesta. Sus teorías pueden diferir de lo que ya conocemos y eso ha provocado algunas críticas por otros médicos. No está de más leerlo y juzgar por nosotros mismos.



TRATAMIENTO NATURAL PARA COMBATIR LA CELULITIS

Autor: Jordina Casademunt

Editorial: Océano Ámbar

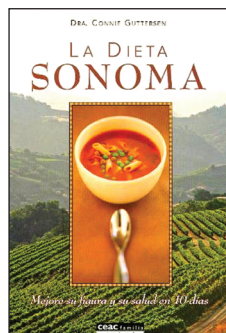
Año: 2005

Páginas: 152

Precio aproximado: \$175



Aporta soluciones que se pueden llevar a cabo en casa con pequeños cambios en la rutina. Reúne remedios naturales para recuperar la forma. Entre otros temas, enseña cómo prevenir la celulitis; eliminarla con tratamientos naturales y cómo embellecer barriga, piernas y nalgas.



LA DIETA SONOMA

Autor: Dra. Connie Guttersen

Editorial: Grupo Editorial CEAC

Año: 2007

Páginas: 283

Precio aproximado: \$289



Inspirada en la cocina mediterránea y en el estilo de vida de las viñas californianas, combina la nutrición moderna con tradiciones antiguas, destaca alimentos con nutrientes que, aseguran, protegen el corazón y aportan pocas calorías.