



riverside
agency

Antiaging natural

Autor: Victoria, Baras

RBA Integral

ISBN: 978-84-9118-046-3 / Rústica / 384pp | 140 x 213 mm

Precio: \$ 949,00

El aumento de la esperanza de vida provoca un creciente interés por el antiaging, una disciplina que utiliza nutrientes de gran poder regenerativo para tratar y prevenir los efectos del envejecimiento. Victoria Baras nos invita a tomar conciencia y asumir nuestra propia responsabilidad para cumplir años manteniendo la calidad de vida. La autora desvela de forma práctica y rigurosa cómo envejece el cuerpo y nos proporciona las herramientas a nuestro alcance para ralentizar el proceso. Finalmente nos anima a pasar a la acción en un entorno de magia e introspección: el Ritual de iniciación a la sabiduría.

OPINIONES DE LA CRÍTICA

«Una obra que logra imbuir al lector de una dinámica positiva y alentadora del cuidado de la salud. No puedo menos que recomendar la lectura de este magnífico trabajo.» Felipe Hernández Ramos, Presidente de la Asociación Española de Nutrición y Terapia Ortomolecular Complementaria. «El libro aporta interesantes recursos para armonizar salud y liderazgo personal.» Carmen García Ribas, Directora del posgrado en Liderazgo femenino de ESCI-UPF.



Victoria, Baras

Naturópata, terapeuta bioenergética, experta en nutrición ortomolecular, con formación en psicología transpersonal e inteligencia emocional. Entiende la salud como un bienestar físico y mental y se ha especializado en divulgar y acompañar a las personas en épocas de cambio, como el proceso de envejecer, la etapa de la menopausia y todo lo que supone liderar cambios personales.