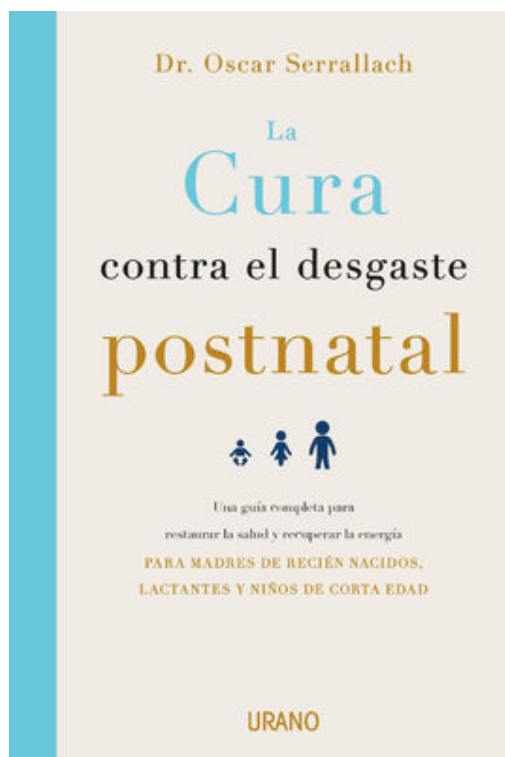


# Descargar libros gratis La cura contra el desgaste postnatal - Oscar Serrallach QBook



- El primer libro que trata el desgaste postnatal, un tipo de trastorno de espectro amplio que afecta a muchas mujeres tras haberse convertido en madres.
- Los síntomas de este trastorno pueden prolongarse hasta una década después de haber dado a luz.
- El doctor Oscar Serrallach presenta una completa guía para superar este síndrome y recuperar la salud y la vitalidad.

Estrés, fatiga, dificultades de concentración, pérdida de memoria, falta de autoconfianza, cambios de humor, sensación de aislamiento, ansiedad, somnolencia... Todas las madres conocen los síntomas. Las consecuencias físicas y psicológicas de la maternidad aparecen después del parto y en ocasiones se prolongan hasta una década después de dar a luz. En este libro necesario y urgente, el doctor Oscar Serrallach acuña el término «síndrome del desgaste postnatal» para definir clínicamente, por primera vez, la pérdida de nutrientes, el desequilibrio hormonal, la falta de sueño y el estrés emocional que acompañan a la maternidad,

una condición que las mujeres sufren durante años sin que nadie les proporcione los tratamientos que necesitan. Esta obra ofrece protocolos, recursos y consejos médicos para devolver a la madre la salud y la energía, incluidas estrategias relativas a dieta, sueño, movimiento y consciencia para que puedan disfrutar de la maternidad en plena forma.

## AUTOR

Oscar Serrallach es doctor en medicina funcional, especializado en medicina femenina y bienestar postnatal. Su propia experiencia familiar le llevó a considerar la medicina funcional a través del prisma del embarazo, el puerperio y el periodo postnatal, un enfoque que ha venido desarrollando en el tratamiento de numerosas pacientes. Desde 2010, se dedica fundamentalmente a la condición que ha identificado como síndrome de agotamiento postnatal. Vive en Australia con su pareja y sus tres hijos.

<b>Title</b>	: La cura contra el desgaste postnatal
<b>Author</b>	: Oscar Serrallach
<b>Categoría</b>	: Enfermería
<b>Publicación</b>	: 29/10/2018
<b>Editorial</b>	: Urano
<b>Vendedor</b>	: Digital Books SL
<b>Páginas impresas</b>	: 336 páginas
<b>File Size</b>	: 1.43MB

[Descargar libros gratis La cura contra el desgaste postnatal - Oscar Serrallach QBook](#)



# Descargar libros gratis La cura contra el desgaste postnatal - Oscar Serrallach QBook

[Descargar libros gratis La cura contra el desgaste postnatal - Oscar Serrallach QBook](#)

**LA CURA CONTRA EL DESGASTE POSTNATAL PDF** - Are you looking for eBook La cura contra el desgaste postnatal PDF? You will be glad to know that right now La cura contra el desgaste postnatal PDF is available on our online library. With our online resources, you can find La cura contra el desgaste postnatal or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. La cura contra el desgaste postnatal PDF may not make exciting reading, but La cura contra el desgaste postnatal is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with La cura contra el desgaste postnatal PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with La cura contra el desgaste postnatal PDF. To get started finding La cura contra el desgaste postnatal, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of LA CURA CONTRA EL DESGASTE POSTNATAL PDF, click this link to download or read online:

[Descargar libros gratis La cura contra el desgaste postnatal - Oscar Serrallach QBook](#)

# Los 10.000 libros más populares [GRATIS]