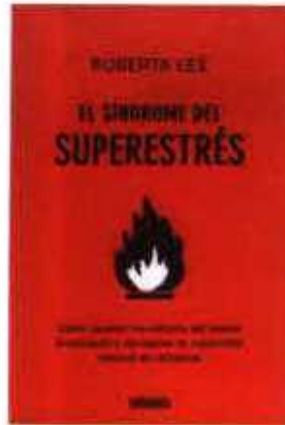




PREVENIR	Tirada: 61.083	Sección: -	
	Difusión: 29.816 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 45	
Audiencia: 104.356	Ocupación (%): 18%	Valor (€): 779,90	
Nacional Femenina	Valor Pág. (€): 4.265,00	Página: 67	
Mensual	01/09/2010	Imagen: Si	



¡Pon freno al estrés!

Cada vez resulta más difícil desterrar los factores estresores (presión laboral, deudas, relaciones de pareja, hijos...). Nuestro ritmo nos lo pone muy difícil y hace que el estrés se incremente sometiendo al organismo y a la mente a una sobrecarga que hace que trabajen al límite. La Dra. Roberta Lee resume sus consecuencias en *El síndrome de superestrés* (Urano). 16 €.