



**CUANDO LA COMIDA ES MÁS  
QUE COMIDA**

Geneen Roth

Urano

13€

192 páginas

Para Geneen Roth, todo lo que pensamos sobre el amor, el miedo y la transformación se expresa en cómo, cuándo y qué comemos. La autora lleva más de treinta años ayudando a personas que sufren trastornos alimentarios. En este libro, lleno de humor y sensibilidad, nos ofrece consejos y herramientas para reencontrarnos y para observar nuestra relación con la comida. Su lectura ayuda a dejar atrás falsas creencias sobre las limitaciones personales para lograr lo que realmente anhelamos.