

VIDA ANTICÁNCER

Lorenzo Cohen Alison Jefferies

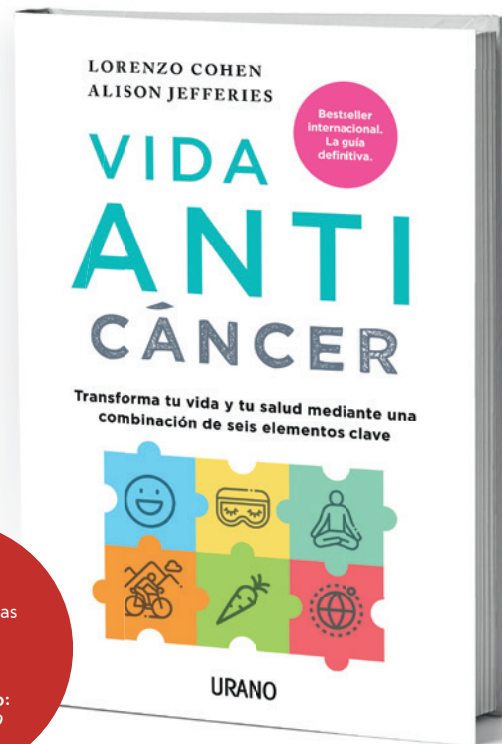
El libro de referencia anticáncer con la información más actualizada, completa y accesible basada en los últimos hallazgos científicos para reducir el riesgo de desarrollar esta enfermedad y apoyar el tratamiento.

Lorenzo Cohen, doctor en Medicina e investigador en uno de los centros más punteros y prestigioso de EEUU en el tratamiento y la prevención del cáncer, y Alison Jefferies, han escrito un manual para llevar aún más lejos el autocuidado anticáncer, ahora con un plan integral centrado en seis aspectos clave de la salud y el bienestar.

El cáncer no surge de manera aislada. Aparece en un entorno que crea uno mismo con su forma de trabajar y divertirse, de dormir y alimentarse, de relacionarse con los demás y con el entorno. Médicos y pacientes son cada vez más conscientes de que el estilo de vida debería ser un componente tan esencial en el tratamiento del cáncer como los procedimientos convencionales.

Basándose en sólidas pruebas científicas, el doctor **Lorenzo Cohen**, que fuera estrecho colaborador del neurocientífico francés David Servan-Schreiber, y **Alison Jefferies** han creado una propuesta anticáncer a partir de seis aspectos clave de la salud: la alimentación, la calidad del sueño, la actividad física, la gestión del estrés y los desafíos, las redes de apoyo y el entorno en el que vivimos. Si bien cada uno por separado tiene la capacidad de prevenir y mantener a raya la enfermedad, las sinergias que genera la combinación de los seis multiplican exponencialmente los beneficios.

A lo largo de sus páginas el lector descubrirá cómo influir en la biología para fortalecer el sistema inmunológico y suprimir la tendencia de las células cancerígenas a proliferar. Encontrará recomendaciones concretas para gestionar el estrés, mejorar la alimentación, hacer ejercicio adaptado a sus posibilidades y minimizar la exposición a tóxicos ambientales. Entenderá por qué el sueño es más poderoso que cualquier supernutriente y la importancia de contar con una red de apoyo social y emocional. Todo ello acompañado de abundantes e inspiradores testimonios que demuestran la eficacia de los seis pilares.



Colección:
Medicinas
complementarias

P.V.P.: 19€
432 páginas

Lanzamiento:
abril de 2019

Un plan de vida integral que supone un nuevo hito en prevención, apoyo a los tratamientos convencionales y probabilidades de disfrutar de una vida larga y vibrante.

“ Un excelente recurso para conocer los hábitos de salud que pueden reducir el riesgo de cáncer y mejorar la calidad de vida durante el tratamiento. ”

David S. Rosenthal, doctor en Medicina,
antiguo presidente de la American Cancer Society

Lorenzo Cohen

Doctor en Medicina, es profesor de Prevención Clínica del Cáncer y director del programa de Medicina Integrativa del MD Anderson Center de la Universidad de Texas, uno de los centros punteros en el tratamiento y la prevención del cáncer. Ha dedicado su vida profesional a comprender las profundas conexiones entre esta enfermedad y el estilo de vida. Tiene más de 125 artículos publicados en las más prestigiosas revistas médicas, así como dos libros sobre medicina integrativa y cáncer.

Alison Jefferies

Es educadora y antigua presidenta de la Organización de Profesores y Familiares del MD Anderson Cancer Center. Desde hace años, colabora estrechamente con Lorenzo Cohen, su esposo, para promover la salud y el bienestar entre las personas y sus comunidades.

URANO

www.edicionesurano.com