

COMO (NO) TENER UN ATAQUE AL CORAZÓN

Fabien Guez

Fabien Guez, el cardiólogo más carismático de Francia, nos cuenta desde el humor por qué no hay que tomarse el corazón a broma

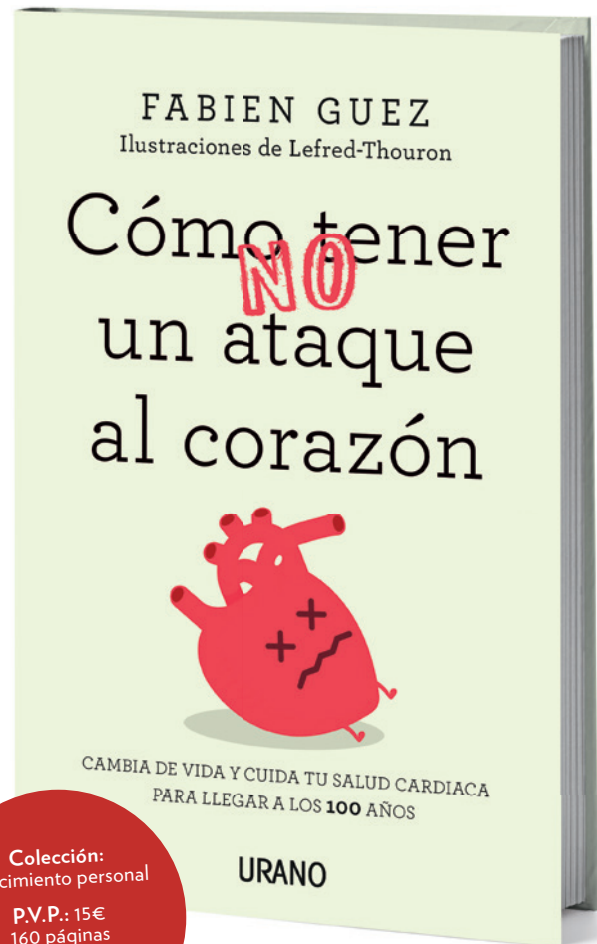
Pese a la abundancia de información y a los numerosos programas de prevención, buena parte de la población no parece ser consciente de la importancia que tiene adoptar hábitos saludables.

El corazón no es cosa de risa. A día de hoy, el infarto sigue siendo la principal causa de muerte en los países occidentales.

Después de más de veinte años recurriendo a toda su capacidad de persuasión para convencer a sus pacientes de que dejen de fumar, lleven una dieta saludable o se controlen la presión arterial —sin demasiado éxito— Fabien Guez, el eminente cardiólogo que arrasa en Francia, ha buscado otro camino para concienciarlos: la ironía.

Cómo (no) tener un ataque al corazón analiza uno por uno los factores que llevan de cabeza al infarto: alimentación, tabaco, actividad física no controlada, sedentarismo, diabetes, alcohol, sexo (las mujeres son menos propensas a sufrir afecciones cardiovasculares, pero solo hasta la menopausia), estrés, sobrepeso, contaminación...

El resultado es una obra didáctica, divertida y provocadora, que conciencia sin culpabilizar, desmonta mitos y convence al más reticente de que tomar unas cuantas medidas sencillas podría salvarnos la vida. Humor, sentido común,



Colección:
Crecimiento personal

P.V.P.: 15€
160 páginas

Lanzamiento:
junio de 2018

El cardiólogo más carismático de Francia nos cuenta desde el humor por qué no hay que tomarse el corazón a broma

información autorizada y todo aquello que hace falta para dar un giro a nuestra vida. Si quieres que el músculo más importante de tu cuerpo siga latiendo mucho tiempo... tómate este libro en serio.



Fabien Guez

Es un médico francés apasionado por su profesión, especializado en Cardiología y Angiología. Atiende a pacientes en su consulta privada de París y en el hospital público Ambroise-Paré de Boulogne. El doctor Guez combina la práctica profesional con la edición y la divulgación multimedia: ha lanzado la primera revista interactiva de cardiología, *Planète Cardio Mag*, y presenta cada domingo el programa de radio *Check-Up Santé*, el único espacio radiofónico de Francia dedicado a los profesionales de la salud. *Cómo (no) tener un ataque al corazón* es su primer libro, un superventas en Francia que va camino de convertirse en un éxito internacional.