

Los libros más prácticos

TESTIMONIO

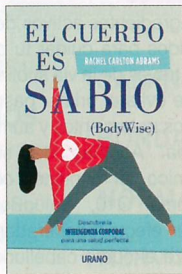


4 AÑOS PARA 32 SEGUNDOS

Alienta editorial

El campeón olímpico y concursante de "MasterChef Celebrity" Saúl Craviotto explica los pilares en los que se ha apoyado para lograr sus metas.

SALUD

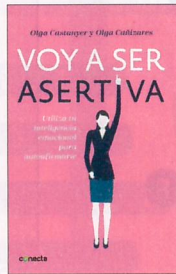


EL CUERPO ES SABIO

Urano

Este manual de la Dra. Rachel Carlton ofrece herramientas para poder descifrar, antes de acudir al médico, los "mensajes" que puede estar enviando el cuerpo.

PSICOLOGÍA



VOY A SER ASERTIVA

Conecta

¿Eres sumisa? ¿O más bien crees que debes mostrarte agresiva para ser escuchada? Las autoras de este libro nos ayudan a desarrollar la autoestima y la asertividad.