



Titolo: **CUORE, MEDITAZIONE, YOGA**
Autore: **ASSUERO GIORGETTI**
Editore: **Arpeggio Libero**
Collana: **Hybrida**
Genere: **Saggio divulgativo**
Anno edizione: **2022**
Pagine: **146 p. b/n**
Formato: **cm 15 x 21 in Brossura**
ISBN: **9788833521213**
Prezzo: **€ 14,00**

Descrizione:

Si può prevenire l'aterosclerosi?
Perché aumenta la pressione?
Perché il fegato produce il colesterolo se questo è così cattivo?
Perché il fumo è dannoso per il sistema cardiovascolare?
Ma cosa è il cosiddetto "stress"?
Ansia e depressione hanno una spiegazione biologica?
Perché la meditazione dovrebbe contribuire a stabilizzare i valori di pressione arteriosa?
È possibile prevenire la morte cardiovascolare con la meditazione?
Possono la meditazione, lo yoga e le altre pratiche aiutare i programmi di prevenzione cardiovascolare?
Analizzando le ricerche scientifiche il Dott. Giorgetti risponde a queste moderne domande e narra di come pratiche millenarie possano stupirci per la loro attualità.

L'autore

Assuero Giorgetti nasce a Viareggio, in Toscana, 55 anni fa. Laureatosi in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli studi di Pisa, è specializzato in Medicina Nucleare. Lavora presso la Fondazione CNR/Regione Toscana "Gabriele Monasterio". È autore di numerose pubblicazioni scientifiche in riviste nazionali ed internazionali. LA VITAMINA C è il suo primo libro di divulgazione scientifica.

DISTRIBUTORE:

LIBRI DIFFUSI di Mascheroni - LODI - www.libridiffusi.com | 320 951 6110

GROSSISTI:

FASTBOOK - Buccinasco (MI) | **CENTRO LIBRI BRESCIA** - Brescia (BS)