



Belleza, siempre con salud

de Ana Téllez

Con prólogo de Alicia Senovilla

ISBN: 978-84-1689-429-1

Editorial: LID Editorial

Colección: VIVA

Edición: 1ª Edición

Idioma: Español

Páginas: 112

Encuadernación: Rústica

Formato: 17x24 cm

PVP papel: 24euros



#BellezaSaludAnaTéllez

La autora

Ana María Téllez Delgado nació en Ciudad Real, donde cursó sus estudios de Bachillerato. Posteriormente, se licenció en Medicina y Cirugía por la Universidad de Córdoba, para después especializarse en Francia en Estomatología por la Universidad de Burdeos II. Tras nueve años fuera regresó a Ciudad Real, a la edad de 25 años, donde abrió su primera clínica.



Pronto descubrió su pasión: la Medicina Estética, especialidad que estudió en la Universidad Complutense de Madrid. En poco tiempo ya tenía abiertas dos clínicas más, una en Madrid y otra en Marbella, las hoy conocidas como Clínicas Dra. Téllez.

Tiene patentado el reputado y conocido Método T6 para quitar el hambre y la ansiedad. Este tratamiento, junto con otros muy punteros, la ha llevado a estar, sin tregua, en prensa escrita, radio y televisión.

La obra

La belleza es mucho más que una imagen, es el compromiso con nosotros mismos para conseguir nuestro bienestar. Una actitud positiva y motivadora nos ayudará a cambiar aquello que no nos hace sentir bien.

Este es el punto de partida de ***Belleza, siempre con salud***, un libro en el que la prestigiosa doctora **Ana Téllez** aclara múltiples dudas que surgen en torno a la salud y a la estética.

Cuestiones sobre nutrición, alimentación, tratamientos estéticos alternativos, técnicas de cirugía estética son las que aborda la autora ofreciendo respuesta a hombres y mujeres de diferentes generaciones con inquietudes en común: la salud y el equilibrio personal a lo que se suma mantener la belleza como factor para sentirse bien con uno mismo.

¿Qué consecuencias tiene el exceso de peso en los huesos? ¿Por qué fracasan las dietas hipocalóricas? ¿Se puede prevenir la aparición de arrugas? ¿Existen los tratamientos «milagro» para combatir la alopecia? ¿Es posible mejorar la apariencia de una nariz aguileña sin tener que pasar por el quirófano? ¿Por qué está de moda el rediseño genetal? ¿Es aconsejable realizar la depilación láser en esta zona? ¿Qué es el blanqueamiento perianal y vulvar?

Ana Téllez responde a estas y otras interesantes preguntas en un lenguaje sencillo y directo acompañado de ilustraciones y vídeos que nos encaminarán a aunar belleza y salud.

Algunas técnicas

¿Arrepentido de tus tatuajes? Hay solución

El láser Q-Switched permite jugar con la longitud de onda y adecuar los parámetros según el tratamiento a ejecutar. En el caso de los tatuajes, el cromóforo, o diana, es la tinta, por lo que el láser dispara un antagónico al color que se quiere eliminar.



¿Cómo quitar tatuajes?

¿En qué consiste el Método T6® de adelgazamiento?

Este procedimiento, registrado por la doctora Téllez, consiste en quitar el apetito y la ansiedad trabajando con una aguja de acupuntura en la zona que corresponde al estómago, en el abdomen. Esa aguja lleva una conexión a un aparato de electroestimulación que produce una leve corriente dilatando la pared del estómago de forma sutil pero suficiente para que baje la hormona reguladora del apetito y de la ansiedad, la grelina.



La dieta del Método T6

Apuntes

- Una buena parte de las dolencias está causada por la alimentación.
- Hay que dejar de confundir alimentación saludable con dieta.
- La dieta mediterránea tiene productos dañinos como el gluten o las legumbres.
- Una bajada de defensas llega a provocar más de 120 síntomas en el organismo.
- Poner relleno donde por naturaleza no lo hay no queda bien.

Índice

Agradecimientos
Prólogo

Introducción

PRIMERA PARTE. La salud

1 El sobrepeso

SEGUNDA PARTE. La cara

2 La piel
3 La mirada
4 La nariz
5 El pómulos

6 La sonrisa
7 El mentón
8 El pelo

TERCERA PARTE. El cuerpo

9 Los delatores de la edad
10 La celulitis y la grasa localizada
11 Las piernas
12 Zona íntima

Glosario
Fuentes

Para más información:
laura.diez@lideditorial.com
beatriz.raso@lideditorial.com
91 372 90 03

