editorial Kairós

Sherman, Aliza

Cannabis y CBD para la salud y el bienestar

Una guía esencial para aliviar el estrés, la ansi

He aquí una guía completa y sencilla para utilizar de manera segura el cannabis (tanto el CBD como el THC) con el fin de aliviar problemas de salud –crónicos y agudos– como dolor, insomnio, inflamación, depresión, ansiedad, angustia, estrés y otros. Contiene información acerca de las diferentes presentaciones del cannabis (tinturas, tópicos, comestibles, flores, concentrados), métodos de ingestión (fumar, vapear, cápsulas, parches, cremas), dosificación –y microdosificación–, cuestiones de seguridad y almacenamiento, cuidado de los demás y de uno mismo, ejercicio físico, estimulación sexual, envejecimiento y creatividad. Este es el libro que hacía falta para aprovechar el cannabis en beneficio de nuestra salud.

Editorial	Kairós
Colección	Biblioteca de la Salud
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	176
Tamaño	150x200x mm.
Peso	367
Idioma	Español
Tema	Medicina y salud
EAN	9788499887517
PVP	19,50 €
PVP sin IVA	18,75 €

9788499887517