

Copyrighted Material

coleção bem-estar

50

coisas que
você pode
fazer para
conviver com a

menopausa

Wendy Green

LAROUSSE

Copyrighted Material

Resumo de 50 Coisas Que Você Pode Fazer Para Conviver Com A Menopausa

A menopausa é um período em que a mulher começa a sentir as modificações no corpo no humor e na qualidade de vida. Este livro explica os sintomas comuns tanto físicos quanto psicológicos da menopausa e oferece conselhos práticos e abrangentes para ajudá-la a combater os sintomas inclusive com mudanças simples no estilo de vida e na alimentação.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)