



# CONEXIÓN DE LA BOCA Y SALUD GENERAL. CUIDADOS Y CONSEJOS



## La autora

**Yvonne Kort** es higienista dental, terapeuta ortomolecular e instructora en hábitos saludables y vitalidad. Además de la higiene oral, factores como el estrés y la nutrición tienen un importante impacto tanto en nuestra salud bucal como en nuestro estado general de salud, por lo que las aportaciones y el asesoramiento de la experta Yvonne Kort en aspectos fundamentales de nuestro estilo de vida son enormemente valiosos.



Título: *La salud comienza en tu boca.*

Subtítulo: *Información, consejos y 10 sugerencias para una salud (bucal) óptima.*

Autora: Yvonne Kort

P. sin IVA: 12,02€

Tamaño: 13,5 x 21cm

THEMA: VFD

Encuadernación: Rústica

ISBN: 9788418000904

PVP: 12,50€

Nº págs: 232 aprox

BISAC: HEA010000

Categoría: B

## CLAVES DE VENTA

- ✓ Relación **boca-intestino**.
- ✓ Intolerancias alimentarias, desequilibrios hormonales, insulina y **su relación** con la **higiene bucal**.
- ✓ Como afecta la respiración, el estrés o el sueño en nuestra **salud oral**.
- ✓ **Cuidar nuestro organismo** conociendo y cuidando nuestra boca.

## TAGS

ORTOMOLECULAR // DETOX // BACTERIAS  
PROBIÓTICOS // INSULINA // DIENTES  
ODONTOLOGÍA // SALUD // BIENESTAR // HIGIENE  
INTESTINO // FLORA // INSULINA // INTOLERANCIAS  
ALIMENTACIÓN // ESTRÉS // HORMONAS  
HIDRATACIÓN // RESPIRACIÓN // SUEÑO // AZÚCAR



9 788418 000904

## Sinopsis

“Abra la boca”, vamos a ver cómo está usted de salud. Sí, lo estás leyendo correctamente. La boca es la puerta de entrada a nuestro cuerpo y, además, es un espejo de nuestra salud. La boca, al igual que la piel o los intestinos, nos dice cómo estamos. Yvonne Kort, higienista bucodental y terapeuta ortomolecular, explica en este libro la importancia que tiene la salud oral en el conjunto del organismo, no como un elemento segregado, sino como la entrada al aparato digestivo, o como parte activa en el aparato respiratorio. ¿Has observado que tus encías son más sensibles cuando tienes un resfriado? La boca nos envía múltiples señales, así cuando nos encontramos débiles las membranas mucosas se enrojecen y las amígdalas se hinchan. En caso de una bajada de defensas, puede aparecer un sedimento blanquecino en la lengua y, a menudo, las inflamaciones crónicas de las encías nos hablan de problemas cardiovasculares, diabetes tipo II, enfermedades autoinmunes o depresión. Recuerda, tu microbiota, la hipersensibilidad alimentaria, el estrés, los desequilibrios hormonales o del sueño y muchos otros factores que condicionan tu salud, están relacionados con una buena salud bucal. Esta guía práctica, escrita por una experta, aclarará todas tus dudas y te proporcionará consejos útiles para que alcances una salud (bucal) óptima.

## Libros relacionados:

