



## ‘Vuelta a lo natural: 20 plantas saludables para combatir el estrés’, primer libro del mes del año 2022

07/01/2022

Cultura

Vuelta a lo natural: 20 plantas saludables para combatir el estrés, de Nítida Pastor Pérez, es la publicación elegida por la Editorial Universidad de Granada (EUG) como libro del mes de enero de este año 2022. El volumen puede encontrarse en las librerías habituales al precio de 19 euros. Este libro es resultado de un estudio de la autora, farmacéutica por la Universidad de Granada y actualmente directora de Asuntos Médicos para Europa en Reckitt Benckiser, en el que Pastor Pérez ha recogido información de emprendedores y estudiantes en momentos de sus vidas en los que estaban sometidos a cambios más o menos permanentes en sus hábitos de vida que requerían de ellos un especial sobreesfuerzo y que les provocaba estrés.



NÍTIDA PASTOR

Vuelta a lo natural

**20 plantas  
saludables**  
para combatir el estrés

eug

Seguir leyendo