



The book was found

Es Fácil Dejar De Fumar Si Sabes Cómo (Spanish Edition)



Synopsis

Allen Carr era un fumador empedernido hasta que en 1983 consiguió dejar de fumar sin ningún esfuerzo. Empujado por el creciente interés de la gente en su método, decide dedicarse por completo a ayudar a los fumadores a liberarse de la necesidad de fumar. Desde su primera publicación en 1983, *Es fácil dejar de fumar si sabes cómo*, ha vendido más de doce millones de copias en más de cincuenta países, y ha sido traducido a más de treinta idiomas. Siguiendo su método para dejar de fumar: No necesitarás usar la fuerza de voluntad; No subir s de peso; No sentirás que haces un sacrificio; No necesitarás sustitutos ni otros apoyos y no sufrir s por los síntomas de abstinencia.

Book Information

File Size: 575 KB

Print Length: 228 pages

Publisher: Editorial Taos, S.A. de C.V.; 1 edition (November 1, 2011)

Publication Date: November 1, 2011

Language: Spanish

ASIN: B0064FJOCK

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Screen Reader: Supported

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #478,075 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #46

in  Kindle Store > Kindle eBooks > Health, Fitness & Dieting > Addiction & Recovery > Tobacco

#105 in  Books > Health, Fitness & Dieting > Addiction & Recovery > Smoking #647 in  Kindle

Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Salud y Familia

Customer Reviews

Estoy muy agradecida de Allen Carr por este maravilloso libro y sus enseñanzas. Dej  de fumar hace tres años gracias a este libro maravilloso. Estoy muy agradecida de Allen Carr por decirlo de la manera que lo hizo. Y dejar de fumar fue tal como él dijo que sería, muy fácil, y de un momento al otro. Después de fumar durante más de 30 años, nunca lo he extrañado ni por un segundo desde que lo dej . Estoy tan feliz de no fumar y libre de la esclavitud que él habla en sus libros. Es cierto lo que dice, es fácil dejar de fumar si sabes cómo. Pero le  el libro varias veces, antes de que decidiera dejar de fumar, porque yo quería entender bien todos sus puntos y

tenerlos firmemente en mi mente. Recomendando altamente todos sus libros, Allen Carr es el mejor del mundo en el tema! Yo había tratado de dejar de fumar varias veces antes de enterarme de sus libros y fue una tortura.English Translation:I quit smoking three years ago thanks to this WONDERFUL book. I am so thankful to Allen Carr for saying it the way he did. And quitting was just like he said it would be, very easy, and from one moment to the other. After smoking for over 30 years, I have never missed it not for a second since I quit. I am so happy to be a non smoker and free of the slavery he speaks about in his books. It's true what he says, it's easy to quit if you know how. I read the book a few times however, before I decided to quit, 'cause I wanted to understand well all of his points and have them firmly in mind. I highly recommend all of his books, he's the best ever on the subject! I had tried quitting a few times times BEFORE I found out about his books and it was torture.

I can't believe it! I actually quit smoking after reading this book!

Si realmente quieres dejar de fumar este libro es una gran ayuda. Rompe los mitos de que dejar de fumar es una pérdida y pone este vicio al descubierto. Llevo 3 semanas sin fumar, ya supere la adicción química y no se me cruza por la cabeza volver a alimentar al monstruo de la nicotina.Up date, ya estamos a julio de 2014 y sigo sin fumar. Cada vez que por un error se me cruza por la cabeza un cigarro recuerdo al monstruo de la nicotina tratando de revivir y lo malo que es volver a alimentarlo. De verdad recomendable.

Aunque su lectura me ha resultado de gran ayuda para comprender muchos aspectos sobre el tabaquismo no he dejado de fumar. Creo que todos los fumadores podemos identificarnos con casi el 100% de los casos que el autor relata.Todos, y digo todos sin excepción, deberíamos leer este libro para entender el problema del fumador.Con respecto a la edición Kindle muchas veces me han disgustado las expresiones sudamericanas que junto con la perdida de formato en muchas páginas a ratos me ha resultado difícil de leer.

Great service and product!

La verdad es que debería haber esperado cuanto menos un mes sin fumar para publicar la reseña, pero estoy muy seguro de que voy a poder dejarlo ahora apenas termin  de leer el libro. Ojalá sea así, des enme suerte! Saludos desde Argentina.

Compre este libro hace 5 años en USA. no habia escrito un review, pero ya llevo 5 años sin fumar gracias a este libro , es como magia, funciona por medio de el subconciente. no puedo decir mas ya que tienes que leerlo. pero como dicen los otros reviews 100% recomendado!!! yo lo leí 2 veces. y he regalado 2 , y ahora comprare otro solo que en ingles.. solo necesitas querer dejar de fumar, suerte

El libro me parece muy util. Me ayudo muchisimo, Voy 6 meses sin fumar y sin demasiado esfuerzo. Fumaba y mucho, Me parecia algo impensable no fumar mas. Rompe con la barrera de que el cigarrillo es util para la ansiedad, nerviosismo, relajarnos. Lo recomiendo!!..

[Download to continue reading...](#)

Es fácil dejar de fumar si sabes cómo (Spanish Edition) Aprender Francés - Texto Paralelo - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar: Curso en Audio, No. 1 [Learn French - Audio Course No. 1]: Lectura Fácil en Francés Aprender Alemán - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar - Texto Paralelo: Curso en Audio, No. 1 [Learn German - Audio Course No. 1]: Lectura Fácil en Alemán [Easy Reading in German] Aprender Alemán - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar - Texto Paralelo - Curso en Audio No. 3 [Learn German - Audio Course No. 3]: Lectura Fácil en Alemán [Easy Reading in German] Aprender Alemán - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar - Texto Paralelo: Curso en Audio No. 2 [Learn German - Easy Reader - Easy Audio - Parallel Text: Audio Course No. 2]: Lectura Fácil en Alemán [Easy Reading in German] Aprender Portugués - Texto Paralelo - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar - Curso en Audio No. 1 [Learn Portuguese - Parallel Text - Easy Reader - Easy Audio - Audio Course No. 1]: Lectura Fácil en Portugués Bueno, Bonito y Carito: Cómo Diferenciarse para Dejar de Competir por Precio Aprender Inglés: N.º 3: Textos Paralelos, Fácil de oír, Fácil de leer : [Learn English: Number 3, Parallel Texts, Easy to Hear, Easy to Read]: Curso de Audio de Inglés, N.º 3 [English Audio Course, Number 3] Aprender Inglés | Fácil de Leer | Fácil de Escuchar | Texto Paralelo Curso en Audio No.2 [Learn English - Easy Reader - Easy Audio - Parallel Text Audio Course No. 2] Aprender Alemán, N.º 2: Textos Paralelos, Fácil de oír, Fácil de leer [Learn German, Number 2: Parallel Texts, Easy to Hear, Easy to Read]: Curso de Audio de Alemán, N.º 2 [German Audio Course, Number 2] Aprender Francés - Texto Paralelo Curso en Audio, No. 3 - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar [Learn French - Parallel Text Audio Course, No. 3] Aprender Francés - Texto Paralelo Curso en Audio, No. 2 - Fácil de Leer - Fácil de Escuchar [Learn French - Parallel Text Audio Course No. 2] Cómo Dibujar: Princesas: Libros de Dibujo (Cómo Dibujar Comics) (Volume 32) (Spanish Edition)

Y un día- a dejar de fumar (Fuera de colección) (Spanish Edition) Tengo asma: I Have Asthma (Spanish Edition) (What Do You Know About? Books (¿Qué sabes acerca de...?)) Easy Spanish Cookbook: Authentic Spanish Recipes from Cuba, Puerto Rico, Peru, and Colombia (Spanish Cookbook, Spanish Recipes, Spanish Food, Spanish Cuisine, Spanish Cooking Book 1) Spanish Phrasebook: 1,001 Easy to Learn Spanish Phrases, Learn Spanish Language for Beginners (Spanish Lessons, Spanish 101, Spanish Books) Ciudadania Americana ¡Hecho fácil! (Enhanced Edition) (Hecho facil) (Spanish Edition) El Camino Más Fácil a la Prosperidad - 2 CDs (Spanish Edition) Ciudadania Americana ¡Hecho fácil! con CD (United States Citizenship Test Guide (Hecho facil) (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

[FAQ & Help](#)