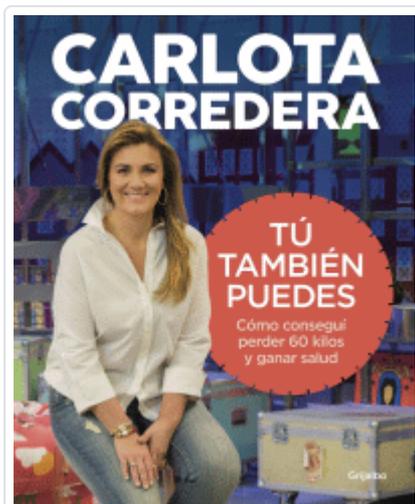


## TU TAMBIEN PUEDES



### CORREDERA, CARLOTA

#### SINOPSIS

Carlota Corredera, una de las presentadoras más famosas de la televisión, nos explica cómo consiguió perder 60 kilos en un año. Desde que conté públicamente que había perdido 60 kilos tras dar a luz, me he convertido en referente involuntario para las personas que padecen sobrepeso u obesidad, la gran pandemia del siglo XXI. En este libro asumo la responsabilidad de contar cómo he conseguido recuperar mi salud y salir del grave riesgo cardiovascular en el que me encontraba tras ser madre en junio de 2015. Llevo toda la vida a dieta y mi relación con la comida siempre ha sido emocional y complicada. En Tú también puedes no encontrarás fórmulas mágicas ni milagros adelgazantes pero sí un relato sincero sobre cómo se puede salir de ese pozo oscuro y frío que es la obesidad y la adicción a la comida insana. No quiero ser ejemplo de nada pero me haría muy feliz que mi experiencia inspire a las personas que lo necesitan, a las que sufren una enfermedad tan incomprensible como dolorosa. Esta es mi historia. ...

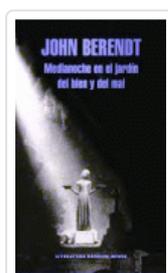


Editorial	GRIJALBO
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788416895144
Status	Disponible
Páginas	224
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	20/04/2017

#### Títulos relacionados



MALA HORA, LA  
GARCÍA MARQUEZ



MEDIANOCHE EN EL JARDÍN DEL BIEN Y DEL MAL  
BERENDT, JOHN



NOTICIA DE UN SECUESTRO  
GARCÍA MARQUEZ,  
GABRIEL



POR LA LIEBRE (OBRA PERIODÍSTICA 4)  
GARCÍA MARQUEZ,  
GABRIEL