



Fecha de publicación:
27/08/2018

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



Comer es un placer saludable

Daniela Lopilato

Comer es un placer saludable es una guía completa para todos los que desean mejorar su alimentación y su calidad de vida en general.

“Quiero contagiarte mi entusiasmo por una nutrición saludable, rica y balanceada; por aprender a comer y a cocinar de una manera fácil, rápida y placentera, que te sirva para amigarte con tu cuerpo y con el espejo, que te ayude a encontrar tu estado óptimo, ese que al sentirte bien por dentro te hace brillar por fuera”.

Daniela Lopilato es nutricionista y ha conseguido el respeto y el cariño de sus pacientes y seguidores, ya que nos propone incorporar conceptos básicos y hábitos saludables de alimentación a nuestra vida cotidiana, y nos explica cómo sostenerlos a largo plazo. Además, nos alienta a poner en práctica todo lo aprendido a través de recetas de comidas simples, prácticas, sanas y tentadoras. *Comer es un placer saludable* es una guía completa e imprescindible para todos los que desean mejorar su alimentación y su calidad de vida en general.

Daniela Lopilato

Nació el 28 de febrero de 1979 en Buenos Aires. Se recibió de licenciada en Nutrición en la Universidad Maimónides. Realizó cursos de posgrado como el de Embarazo y Nutrición y el de Sobrepeso y Obesidad, dictados por la Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas; además, asistió a diversos seminarios y congresos.

En sus comienzos, se desempeñó como nutricionista en el Sanatorio de la Trinidad en San Isidro y trabajó de manera voluntaria en el Hospital Borda y en el Hospital Garrahan, en el área de Administración de Servicios de Alimentación. Ejerció como docente en talleres de nutrición y educación alimentaria para alumnos en distintas escuelas de Buenos Aires. Se desempeñó en el Área de Gestión y Control de Calidad en el Servicio de Alimentación y Capacitaciones del Personal sobre seguridad e higiene de los alimentos en distintos restaurantes. Realizó ateneos bibliográficos destinados a médicos y nutricionistas en sanatorios privados. En la actualidad, atiende en su consultorio particular en Buenos Aires, da charlas de alimentación y hábitos saludables en el ámbito privado para distintas empresas y es invitada frecuentemente a distintos programas de TV para educar sobre una correcta y mejor alimentación.

Comer es un placer saludable (Planeta, 2018), su primer libro, se convirtió en un éxito editorial.

Instagram: @daniela_lopilato
Facebook.com/DanielaLopilato