



Fecha de publicación:
03/10/2019

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



Comer contentos

Daniela Lopilato

Todo lo que se necesitás conocer y aprender sobre la alimentación de tus hijos de la manera más práctica y sencilla

A partir del éxito de *Comer es un placer saludable*, mi primer libro, muchas mamás me contactaron a través de las redes sociales con inquietudes sobre un tema crucial en toda familia: cómo alimentar a nuestros hijos saludablemente... A veces resulta un trabajo difícil, ¡pero les aseguro que con la información correcta y las herramientas necesarias no es imposible!

Como adultos, somos responsables de ser buenos ejemplos en la construcción de correctos hábitos alimentarios durante los primeros años de vida de nuestros hijos. Los chicos copian nuestras conductas, y si nosotros cuidamos nuestra alimentación, también estaremos cuidando la de ellos.

Por eso me dediqué a escribir este nuevo libro, *Comer contentos*, con todo lo que se necesita conocer y aprender sobre la alimentación de los hijos de la manera más práctica y sencilla (¡como a mí me gusta!), desde el momento de la lactancia hasta la mesa familiar, pasando por la alimentación complementaria y la alimentación de los chicos en edad escolar. Y, por supuesto, ¡también comparto mis mejores recetas para disfrutar en familia!

La comida formará parte de nuestra historia siempre, en cada mesa compartida donde pasan, de generación en generación, sabores y emociones. Y esta historia comienza con cada uno de nosotros, en cada uno de nuestros hogares, en cada plato que les preparamos a nuestros hijos.

¡Te invito a vos y a tu familia a comenzar este viaje único!

Daniela Lopilato

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