

Fecha de publicación:
10/02/2005

Sello Editorial:
Espasa

Contacto de prensa

Nombre: Fernanda Azeredo

Teléfono: 914230355

Email:
fazeredo@planeta.es

Nombre: Elena Suárez

Teléfono: 618697367

Email:
elena.suarez@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email: sayllon@planeta.es

Nombre: Nuria Quintanar

Teléfono: 914230377

Email:
nquintanar@espasa.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 914 23 03 78

Email:
lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email:
lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Teléfono: 916008074

Email:
mluquec@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Es fácil tener éxito

Allen Carr

Cómo llegar a la cima

Cómo llegar a la cima

La efectividad del método EASYWAY de Allen Carr se dirige en esta ocasión hacia la solución de un problema que a todos nos ha afectado en algún momento: la consecución del éxito en cualquier actividad que emprendamos, en la más puramente profesional, en las relaciones personales o, sencillamente, en la tarea de enfrentarse a un nuevo día. Es fácil tener éxito nos enseña a utilizar nuestro potencial, apartando de nuestra mente los pensamientos de temor y de fracaso. El método EASYWAY posee una eficacia probada, y ha sido avalado y recomendado por las autoridades sanitarias de muchos países europeos. El libro va dirigido a un sector de público muy amplio: en algún momento todos hemos deseado tener éxito en alguna actividad y el libro nos da las claves necesarias para lograrlo. El éxito de Es fácil dejar de fumar, si sabes cómo, del que se han publicado millones de ejemplares en todo el mundo (en España, alrededor de 700.000), es un punto de referencia importantísimo, ya que el nuevo título comparte sus principales premisas. Allen Carr es británico. Autor de éxito reconocido en España y otros lugares del mundo por su método para dejar de fumar. Era asesor financiero hasta que en 1983 consiguió dejar de fumar sin esfuerzo y, en 1985, decidió hacer público su revolucionario método EASYWAY y escribió Es fácil dejar de fumar. Desde entonces el libro se ha traducido a varias lenguas y se han publicado cifras millonarias de ejemplares. Otras obras publicadas: Es fácil dejar de fumar, si sabes cómo; Es fácil que las mujeres dejen de fumar, Es fácil que tus hijos dejen de fumar, Es fácil perder peso y Es fácil dejar de preocuparse.



Allen Carr

Allen Carr trabajaba como asesor financiero hasta que en 1983, tras innumerables intentos fallidos de dejarlo, pasó de fumar entre sesenta y cien cigarrillos al día a ninguno. Y lo consiguió sin sufrir síndrome de abstinencia, sin tener que recurrir a la fuerza de voluntad y sin engordar. Se dio cuenta de que había descubierto lo que el mundo esperaba: la forma más fácil de dejar de fumar. A partir de entonces decidió que ayudaría a los fumadores de todo el mundo para que hicieran lo mismo que él.

Su método cosechó un extraordinario éxito, gracias al cual fue considerado el mayor experto del mundo en dejar de fumar. Su red de clínicas está presente en todo el globo. En 1985 escribió su primer libro, *Es fácil dejar de fumar, si sabes cómo*, del que se han vendido más de catorce millones de ejemplares y que ha sido publicado en más de cuarenta idiomas. A día de hoy sigue siendo un líder en ventas.

El brillante método diseñado por Allen Carr se ha aplicado con éxito al control del peso corporal y a diversos problemas y adicciones, como las provocadas por el alcohol, las deudas, el juego o el azúcar refinado, entre otras.

Si deseas obtener más información sobre el método EASYWAY de Allen Carr, puedes visitar la página web www.allencarr.com.