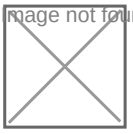
Image not found or type unknown



Fecha de publicación:
22/03/2016

Sello Editorial:
Espasa

Contacto de prensa

Nombre: INTERNACIONAL
Eduardo Martin

Telefóno: 93 492 89 06

Email:
emartines@planeta.es

Nombre: Fernanda Azeredo

Telefóno: 914230355

Email: fazeredo@planeta.es

Nombre: INTERNACIONAL
Patricia Jiménez

Telefóno: 93 492 82 76

Email:
pjimenezl@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Telefóno: 914230353

Email: sayllon@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Telefóno: 914 23 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura Fernández

Telefóno: 91 423 03 28

Email:
lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Telefóno: 916008074

Email: mluquec@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Telefóno: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

¿Cuántas calorías cuesta la felicidad?

Diego Olmedilla

Si el hambre no es el problema, la comida no es la solución.

Si el hambre no es el problema, la comida no es la solución.

Si eres de los que han hecho varias dietas, comprobando que no funcionan, este libro puede ser tu solución.

¿Te has parado a pensar que no tienes hambre física, sino hambre emocional? El ansia, el estrés, la euforia, la tristeza o el aburrimiento son los motivos reales que te empujan a comer de más.
En *¿Cuántas calorías cuesta la felicidad?* aprenderás a liberarte de esa carga física y mental.

Miles de personas ya lo han conseguido con el Método Thinking de Diego de Olmedilla, y tú también puedes lograrlo.

Image not found or type unknown

Diego Olmedilla

Diego de Olmedilla Fontcuberta nació en Madrid el 2 de diciembre de 1963. Cursó Business Administration en Estados Unidos. Después de probar múltiples dietas dio con la clave para adelgazar de manera saludable. Así nació Thinking, del que es fundador y presidente. Está casado y tiene cuatro hijos. Este es su primer libro.