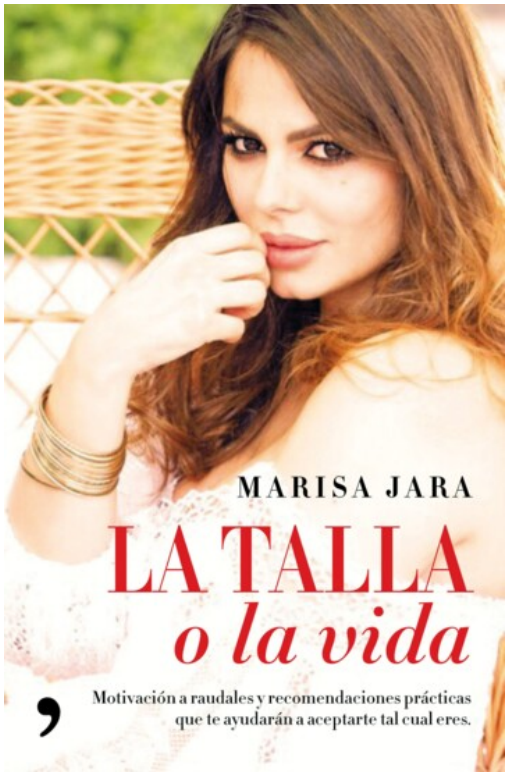


La talla o la vida

Marisa Jara

Un libro positivo, que nos anima a eliminar los complejos estéticos y nos ofrece consejos útiles para sacar partido a nuestra imagen y reconciliarnos con ella.

Un libro positivo, que nos anima a eliminar los complejos estéticos y nos ofrece consejos útiles para sacar partido a nuestra imagen y reconciliarnos con ella.

Más allá de su aparente glamur, la profesión de modelo está llena de trampas; una de ellas es la enorme presión a la que están sometidas estas mujeres, que deben mantener un régimen de alimentación estricto cuyo incumplimiento lleva asociados trastornos importantes, sentimientos de culpa y otras amenazas que pueden derivar en importantes problemas psicológicos. Marisa Jara lo sabe, lo ha vivido en primera persona, y nos ofrece en este libro un testimonio sincero y directo, al que incorpora consejo útiles para cuidarnos y asegurar nuestro bienestar y, sobre todo, una recomendación fundamental: ¡elimina el complejo de culpa! Échale coraje y reconcíliate con tu imagen.

Fecha de publicación:
21/03/2017

Sello Editorial:
Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Telefóno: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Telefóno: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Telefóno: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Marisa Jara

Marisa Jara es una referencia en la pasarela de tallas grandes, valiente y luchadora, ha apostado por su bienestar físico y emocional frente a las tremendas exigencias de un sector focalizado en transmitir una imagen estereotipada de lo femenino. Ha triunfado como modelo, trabajando, por ejemplo, para Elena Miró, y recientemente ha iniciado su andadura en el mundo de la interpretación. Además, es autora del blog La vie en curvy, en *Yo Dona*.