

image not found or type unknown



Azúcar bueno, azúcar malo

Allen Carr

Fecha de publicación:

08/01/2019

Azúcar bueno, azúcar malo

Sello Editorial:

Espasa

Azúcar bueno, azúcar malo

Contacto de prensa

Nombre:

INTERNACIONAL
Eduardo Martin

Este libro aborda la mayor amenaza a la salud que existe en la actualidad: la adicción al azúcar refinado y a los hidratos de carbono procesados, que están causando verdaderas epidemias en todo el mundo. Nuevamente, como en el superventas *Es fácil dejar de fumar, si sabes cómo*, el método EASYWAY ayuda a liberarse de ellos, disfrutar de una mejor salud, tener mayores niveles de energía y llevar un estilo de vida más feliz y saludable.

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Fernanda

Azeredo

Teléfono: 914230355

Email:

fazeredo@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL Patricia
Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email:

sayllon@planeta.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

image not found or type unknown



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.