



Pura vida

Ariadne Artiles

Apetitosas recetas, trucos para disfrutar de la vida plenamente y fantásticas fotografías.

Apetitosas recetas, trucos para disfrutar de la vida plenamente y fantásticas fotografías.

«En este libro no pretendo hablarte de superalimentos, ni de dietas, ni de recetas milagrosas, sino de una vida saludable, fácil, divertida y muy pero que muy sabrosa». La supermodelo canaria Ariadne Artiles comparte con sus lectores una serie de consejos sobre alimentación, salud física y mental, bienestar, maternidad, lactancia, etc., fruto de su propia experiencia. En este libro tan personal, Ariadne nos cuenta las razones que la llevaron a plantearse la necesidad de comer bien, preocuparse por su salud física y concienciarse con el medio ambiente.

Fecha de publicación:

29/09/2020

Sello Editorial:

Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Ariadne Artiles

Nacida en Gran Canaria el 18 de enero de 1982, Ariadne Artiles se mudó a Madrid con diecisiete años para estudiar psicología, pero el mundo de la moda cambió el rumbo de su vida. Desde hace veinte años trabaja con los fotógrafos más importantes y ha sido portada de las cabeceras más prestigiosas del mundo de la moda. En estos años ha compaginado su trabajo de modelo con la vida de empresaria y con diversos proyectos profesionales, entre ellos, @lavidamadre.

En menos de un año consiguió crear un gran nicho de madres y padres que alaban esta nueva forma natural y divertida de afrontar la maternidad. Hoy, Ariadne, ya madre de tres hijas, y tras su exitoso *Pura vida*, vuelve a los lectores para hablarnos del duro y gratificante camino hacia la maternidad real, sin etiquetas.

En la actualidad, compagina la maternidad con la búsqueda de nuevos retos que empaticen con su filosofía de vida. Comprometida con las causas sociales y activista, Ariadne lucha por superarse día a día siendo siempre fiel a su forma de ver la vida. Este es su segundo libro, tras *Pura vida*.