

image not found or type unknown



# Estuche Conviértete en Realfooder

**Carlos Ríos**

**Fecha de publicación:**  
17/11/2021

Regala por Navidad el estuche para convertirte en un verdadero realfooder.

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

Un estuche que contiene ***Come comida real*** y ***Cocina comida real***, los dos libros del dietista y nutricionista Carlos Ríos que han ayudado a transformar y mejorar la vida de miles de personas a través de la alimentación.

## Contacto de prensa

El primero te ofrecerá toda la información y las pautas para ser un realfooder y el segundo deliciosas recetas para ponerlo en práctica todos los días y comer sano.

**Nombre:** Paloma  
Cordón

**Teléfono:** 93 492 86  
33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



**Carlos Ríos**

**Carlos Ríos** (Huelva, 1991), estudió Nutrición Humana y Dietética en la Universidad Pablo de Olavide (Sevilla). Dietista-Nutricionista inconformista, es el creador del movimiento Realfooding, un estilo de vida al que se han sumado cientos de miles de seguidores por redes sociales, especialmente en su cuenta de Instagram @carlosriosq. Su misión es luchar, a través del conocimiento, contra las multinacionales de los productos ultraprocesados y devolver la comida real a la población.