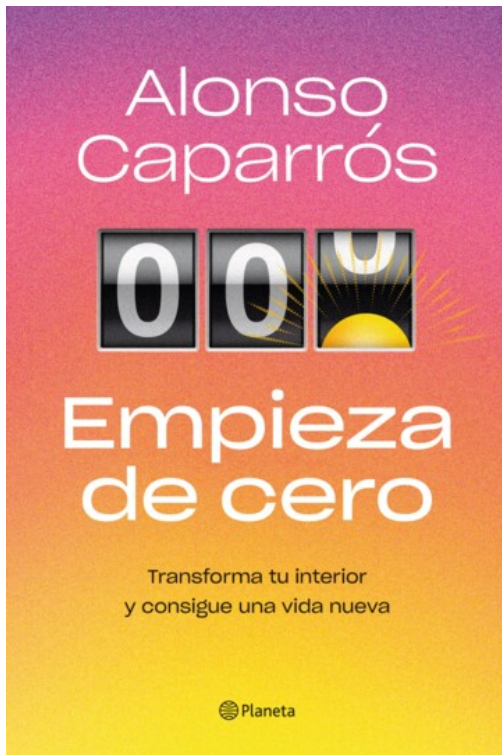




Empieza de cero

Alonso Caparrós

La transformación interior no resulta fácil, pero es posible.

LA TRANSFORMACIÓN INTERIOR NO RESULTA FÁCIL, PERO ES POSIBLE.

Reconstruir una vida deshecha no es fácil y Alonso Caparrós lo sabe muy bien. Tras años entregado a las drogas e incapaz de salir del infierno en el que él solo se había metido, consiguió transformar su vida. En este libro, Alonso comparte su aprendizaje de crecimiento personal: un viaje que a él le condujo a recuperar a su familia y a reconciliarse con unos hijos a los que había descuidado durante mucho tiempo, y que habla de compartir y de vivir sabiendo que lo que necesitamos para ser felices está más cerca de lo que creíamos. Porque la vida empieza cada día.

Alonso Caparrós comparte toda su experiencia de crecimiento personal para demostrar que cada día es una oportunidad para volver a empezar

Fecha de publicación:

10/05/2023

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



Alonso Caparrós

Alonso Caparrós (Madrid, 1970) es presentador y colaborador de televisión. Debutó en Televisión Española con apenas veinte años, y en 1997 saltó a la fama al fichar por Antena 3 para presentar el concurso *Furor*. Desde entonces, ha trabajado como presentador de programas tan conocidos como *Menudas estrellas*, *La isla de los famosos* o *Factor miedo*. Ha participado en concursos y *reality shows* como *¡Mira quién baila!* o *Gran Hermano VIP*. Entre 2014 y 2017 presentó la tertulia deportiva *Punto pelota* y en 2019 se confirmó su fichaje como presentador del programa de tarde *Sálvame* (Telecinco). En 2021, compartió su testimonio de recuperación en su primer libro, *Un trozo de cielo azul* (Planeta).