

Fecha de publicación:
10/06/2026

Sello Editorial:
Diana

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Córdón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

¡Eres lo más!

Jen Sincero

Un bestseller internacional irreverente, divertido y directo que desmonta el autosabotaje y nos empuja a dejar de hacernos pequeños para empezar a vivir una vida más grande, más valiente y más ambiciosa.

Un bestseller internacional irreverente, divertido y directo que desmonta el autosabotaje y nos empuja a dejar de hacernos pequeños para empezar a vivir una vida más grande, más valiente y más ambiciosa.

Eres lo más es el libro ideal para las personas que quieren mejorar sus vidas pero no están interesadas en los libros de autoayuda tradicionales. En esta original y entretenida guía, la coach Jen Sincero nos ofrece 27 capítulos llenos de historias divertidas e inspiradoras, sabios consejos, ejercicios sencillos y alguna que otra gamberrada. Todo para ayudarte a:

- Identificar y cambiar tus conductas de autosabotaje, esas que no te permiten obtener lo que realmente quieres.
- Crear una vida que ames. Y crearla AHORA.
- ¡Generar más dinero! Como nunca antes lo has hecho.

Cuando termines este libro, entenderás el porqué de tu forma de ser, cómo amarte, y aprenderás a reconocer y aceptar lo que puedes cambiar y lo que no, pero sobre todo... cómo utilizar tu fuerza interna para patear algunos traseros.

«Sincero aporta una energía divertida y femenina a los ya trillados tópicos de la autoayuda... El tono es mucho más descarado que académico, y hay humor en cada página, justo lo que su público objetivo más necesita».

Publishers Weekly

«Si los libros de autoayuda blanditos y llenos de buenas intenciones te dejan, digamos, poco inspirado, este manifiesto directo hacia una vida increíble puede ser justo lo que estás buscando. Repleto de consejos claros y deslenguados, ejercicios prácticos de transformación personal y grandes dosis de humor, *Eres lo más* hará callar a tu crítico interior y te ayudará a construir una vida digna de ese tipo de muro de Facebook que los demás envidian. Tómate un descanso de buscar a tu diosa interior y dedica un poco de tiempo a cultivar a la crack que llevas fuera».

Bustle.com

«Me encanta la mirada realista y divertida de Jen sobre todo lo que implica vivir una vida extraordinaria. Tiene un don para escribir de forma muy clara y accesible, capaz de conectar con cualquiera. Si buscas unicornios morados y arcoíris, aquí no los encontrarás; lo que sí encontrarás son maneras prácticas y sencillas de conectar con la persona poderosa que llevas dentro y cambiar tu vida».

Madisyn Taylor, cofundadora de *DailyOM*



Jen Sincero

Jen Sincero es autora bestseller, coach y conferenciante internacional. Su libro *Eres lo más* se ha convertido en uno de los grandes referentes de la autoayuda pop contemporánea, con millones de lectores en todo el mundo.

Sincero ha ayudado a miles de personas a cambiar su relación consigo mismas, con el dinero y con sus propias ambiciones.