

image not found or type unknown



La dieta Cohen ilustrada

Jean-Michel Cohen

Fecha de publicación:

22/05/2012

La solución real para perder peso sin dañar tu salud

Sello Editorial:

Editorial Planeta

El doctor Jean-Michel Cohen, reconocido nutricionista, ha elaborado un programa de adelgazamiento y de estabilización en tres fases (cómoda, rápida y consolidación) que todo el mundo puede utilizar. Este libro funciona como una agenda semanal. En él encontrará:

Contacto de prensa

- Los consejos adaptados de su nutricionista.
- 44 semanas de menús diferentes.
- Un diario que podrá completar día tras día.
- Más de 50 recetas deliciosas y ligeras.
- Una tabla de equivalencias para dar con el alimento que prefiera.

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email:

isantos@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL:

Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

lfranch@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL:

Eduardo Martín

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

lverdura@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

fsantana@planeta.es

image not found or type unknown



Jean-Michel Cohen

Jean-Michel Cohen es un nutricionista francés de gran prestigio, el nuevo referente internacional en el ámbito de las dietas que ha desbancado a Pierre Dukan. Es autor de varios libros que ya se han convertido en bestsellers en Francia, de los que ha vendido más de 550.000 ejemplares. Interviene regularmente en los medios de comunicación, y en 2002 fue nombrado Caballero Nacional del Mérito por el Ministerio de Sanidad francés. Es autor de *1.800 calorías para ser feliz*, la primera novela que adelgaza, y de *He decidido adelgazar*, ambos publicados por Planeta.