



Comer es un placer saludable

Daniela Lopilato

Comer es un placer saludable es una guía completa para todos los que desean mejorar su alimentación y su calidad de vida en general.

“Quiero contagiarte mi entusiasmo por una nutrición saludable, rica y balanceada; por aprender a comer y a cocinar de una manera fácil, rápida y placentera, que te sirva para amigarte con tu cuerpo y con el espejo, que te ayude a encontrar tu estado óptimo, ese que al sentirte bien por dentro te hace brillar por fuera”.

Daniela Lopilato es nutricionista y ha conseguido el respeto y el cariño de sus pacientes y seguidores, ya que nos propone incorporar conceptos básicos y hábitos saludables de alimentación a nuestra vida cotidiana, y nos explica cómo sostenerlos a largo plazo. Además, nos alienta a poner en práctica todo lo aprendido a través de recetas de comidas simples, prácticas, sanas y tentadoras. *Comer es un placer saludable* es una guía completa e imprescindible para todos los que desean mejorar su alimentación y su calidad de vida en general.

Fecha de publicación:
01/08/2018

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Aniela Vanoni

Email: aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

Nombre: Ariel Benítez

Email: ahbenitez@eplaneta.com.ar

Nombre: Santiago Satz

Email: ssatz@eplaneta.com.ar

Nombre: Tomás Villafañe

Email: tomas.villafane@eplaneta.com.ar

Nombre: Cecilia Pintos

Email: cpintos@eplaneta.com.ar



Daniela Lopilato

Nació el 28 de febrero de 1979 en Buenos Aires. Se recibió de licenciada en Nutrición en la Universidad Maimónides. Realizó cursos de posgrado como el de Embarazo y Nutrición y el de Sobrepeso y Obesidad, dictados por la Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas; además, asistió a diversos seminarios y congresos.

En sus comienzos, se desempeñó como nutricionista en el Sanatorio de la Trinidad en San Isidro y trabajó de manera voluntaria en el Hospital Borda y en el Hospital Garrahan, en el área de Administración de Servicios de Alimentación. Ejerció como docente en talleres de nutrición y educación alimentaria para alumnos en distintas escuelas de Buenos Aires. Se desempeñó en el Área de Gestión y Control de Calidad en el Servicio de Alimentación y Capacitaciones del Personal sobre seguridad e higiene de los alimentos en distintos restaurantes. Realizó ateneos bibliográficos destinados a médicos y nutricionistas en sanatorios privados.

En la actualidad, atiende en su consultorio particular en Buenos Aires, da charlas de alimentación y hábitos saludables en el ámbito privado para distintas empresas y es invitada frecuentemente a distintos programas de TV para educar sobre una correcta y mejor alimentación.

Comer es un placer saludable (Planeta, 2018), su primer libro, se convirtió en un éxito editorial.

Instagram: @daniela_lopilato
Facebook.com/DanielaLopilato