



Parar

Sergio Lapegüe

Tomá conciencia sobre el poder que le das a las cosas en tu vida.

Este no es, para nada, un libro de autoayuda. Es el testimonio auténtico de un periodista exitoso y carismático que vive a mil por hora. Conduce varios programas de radio y televisión, da charlas motivacionales, toca además en una banda que armó con sus amigos y, como el día tiene solo veinticuatro horas, casi no tiene tiempo para dormir. Aunque en varias oportunidades el cuerpo le dio señales para que bajara un cambio y desacelerara, el autor de estas páginas siguió adelante, sumando responsabilidades y obligaciones. Cada vez a más velocidad, decidió no bajarse del tren bala al que se subió desde sus inicios profesionales. Hasta que un virus lo puso en jaque y lo obligó a parar.

En estas páginas, Sergio Lapegüe comparte su experiencia, la lucha interna que vivió estos dos últimos años para lograr bajar un cambio y encarar sus días de una manera más sana. "Escribo este libro no porque tenga superado el problema, sino porque quiero tomar conciencia de lo que me pasa compartiéndolo con ustedes. No les hablo de mis éxitos, les hablo de mis dificultades para lograr un equilibrio en mi vida", confiesa sin vueltas y con extrema sinceridad.

Parar es un libro honesto, escrito con el corazón en la mano por alguien que tocó fondo de verdad, y ahora necesita resetear y empezar a barajar de nuevo.

Fecha de publicación:

01/05/2021

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



Sergio Lapegüe

Nació en 1964, en Banfield, provincia de Buenos Aires. Sus primeros trabajos periodísticos los hizo como productor de radio y luego en el programa *Fax* de Nicolás Repetto. A partir de 1993, comenzó a trabajar en los noticieros de Canal 13 y TN como cronista y movilero, cubriendo hechos y momentos históricos del país y del mundo. Condujo *TN central* durante doce años y *TN de noche*. El programa fue premiado cuatro veces con el Martín Fierro, y él, como mejor conductor. Fue el creador y conductor de *Prende y apaga*, el programa de cable más visto por las noches mientras salió al aire. Desde 2010, de 17 a 20, conduce *Atardecer de un día agitado* por La 100 FM. A esta actividad radial se sumó en 2016, entre las seis y las diez de la mañana, la conducción de *Tempraneros* (TN). A partir de 2019, también comenzó a conducir en El Trece, al mediodía, *Noticiero 13*.

Su otra pasión es la música. En 2015 formó, con sus amigos de la vida, el grupo Lapeband. Compuso varias canciones para la banda, que ya se ha presentado en diferentes teatros del país.

Es autor de *Prendé el optimismo*, su primer libro, publicado también por Planeta.