



Fecha de publicación:
01/09/2023

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

Comemos lo que somos

Rocío Hernández @Nutriloca

Un ensayo para revincularnos con el mundo que habitamos.

Un ensayo para revincularnos con el mundo que habitamos.

Eso que llamamos alimento es muchas veces un co-mestible sin historia, una semilla que tiene dueño, una tierra arrasada, un cuerpo explotado. ¿Queremos de verdad comer esto? Quizás, porque *somos eso*, porque fuimos moldeados para estar desvincuados del impacto que tiene lo que comemos. Un impacto que nunca es individual: todo lo que nos sucede, también le sucede a la humanidad y a los territorios donde nos encontramos.

Pero en la medida en que nos transformamos, podemos construir una humanidad del revínculo: esto es lo que propone este libro de la mano de Rocío Hernández, quien, desde su práctica profesional, los espacios académicos y las redes sociales como @nutriloca se ha convertido en una referente indiscutible sobre alimentación basada en plantas.

Comemos lo que somos integra ciencia, experiencia y mucho amor a la salud, la ética y la soberanía alimentaria. Y es una invitación a este revínculo, a permitirnos comprender que la salida es colectiva, pero tiene que empezar por cada uno. Porque comer es un acto político, y es el primer paso para cambiar este mundo en llamas.



Rocío Hernández @Nutriloca

Soy Rocío Hernández –más conocida en las redes sociales como @nutriloca- y nací en Rosario en 1985. Soy y ejerzo como Licenciada en Nutrición, título extendido por la Universidad de Concepción del Uruguay (UCU). Luego de ello, estudié Psicología Social en la Escuela Rosarina de Enrique Pichon-Rivière. También estudié tres años de Medicina en la Universidad Nacional de Rosario (UNR).

El camino de certificación en alimentación vegetariana fue largo y poco formal en un principio, hasta que académicamente me posgradué en Nutrición Vegana y Vegetariana en la Universidad de Buenos Aires (UBA). En el medio, hice tres formaciones en género (UBA, Economía Feminista y UNR). Actualmente sigo como estudiante en distintos espacios de formación.

Dirijo un posgrado de Alimentación Basada en Plantas -con ejes en salud, ética y soberanía alimentaria- en la Facultad de Ciencias Médicas de la UNR. Brindo cursos, charlas, conferencias y tengo el honor de ser convocada por muchos espacios académicos de docencia, espacios que amo habitar.

Desde el 2023, además, autogestiono Nutriloca Podcast, donde cuento muchas cosas en pocos minutos.

¡Comunico y activo mucho más que un poroto en remojo!

Instagram: @nutriloca

Facebook: Lic. Ro Hernandez – nutriloca

Podcast: Nutriloca Podcast

Web: www.nutriloca.com