

Fecha de publicación:
01/06/2026

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



100 frases para pegar en la pared

Sergio Heredia

No es un libro para leer y seguir igual: es un libro para empezar a cambiar.

No es un libro para leer y seguir igual: es un libro para empezar a cambiar.

TU VIDA PUEDE CAMBIAR. PERO NADIE LA VA A CAMBIAR POR VOS.

100 frases para pegar en la pared no busca motivarte por un rato, sino ayudarte a pensar distinto, sentir distinto y, sobre todo, actuar distinto. Cada capítulo combina una idea clara, una situación real y una acción concreta para que el cambio deje de ser teoría y empiece a ser práctica.

A partir de su propia historia de transformación, Sergio Heredia propone dejar de repetir patrones que no funcionan y empezar a construir una vida con más conciencia, propósito y dirección.

Este no es un libro para acumular frases lindas. Es un libro para encontrar esa frase que te incomode, te despierte o te empuje a dar el próximo paso.

Porque a veces no necesitás leer más. Necesitás una idea que te cambie para siempre.

Sergio Heredia

Sergio Heredia nació en Córdoba y desde muy joven encontró en los libros no solo una pasión, sino también una forma de entender el mundo. A los 26 años, un accidente lo obligó a reescribir su propia historia y a emprender un profundo camino de transformación personal. Vendió libros en la calle, donde aprendió que las verdaderas historias no siempre están en las páginas, sino en las personas. Años después estudió Antropología para ponerle palabras a aquello que la experiencia ya le había enseñado.

Creador de la Fundación Letras Especiales, trabaja para que más voces puedan ser publicadas y escuchadas. Hoy escribe con una convicción clara: no ofrecer respuestas fáciles, sino invitar a cada lector a encontrar las propias.