



Fecha de publicación:
23/08/2025

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx



El día que dejé de comprar ropa

Patricia Eguidazu

Entiende tu cuerpo y toma el control de tu armario

Entiende tu cuerpo y toma el control de tu armario

Comprar ropa no está mal, ¿o sí? Depende de la razón por la que lo hagas. Si compras por ansiedad o por entretenimiento, te estás equivocando. Si compras para parecerle a alguien, también. Pero si lo haces porque tienes una necesidad concreta y ya planificaste la entrada de la prenda en tu armario, puede que sea una buena adquisición.

¿QUÉ TE PARECEN LOS CAMBIOS DE ARMARIO?

¿Y LAS PRENDAS BÁSICAS?

¿O ERES UNA SEGUIDORA DE LOS ARMARIOS CÁPSULA?

Todos esos conceptos no son generales, nadie debería darte instrucciones sobre ellos y, cuanto más pienses cada prenda, menos deberás cambiarla de una temporada a otra.

Este libro habla de eso, y de aprender a conocer bien tu silueta, de comprender cómo funciona la industria de la moda y de analizar tus hábitos para así comprar lo correcto y utilizar más cada prenda; porque la sostenibilidad siempre tiene un origen emocional.

Patricia Eguidazu

Patricia Eguidazu (Madrid, 1985) se graduó en Administración y Dirección de Empresas y es máster en Gestión y Comunicación de Empresas de Moda por el Istituto Marangoni de Londres. Ha trabajado en departamentos de comunicación internacional, producción audiovisual, marketing y ventas. Con una trayectoria de veinte años en la industria de la moda, hace quince empezó a impartir clases en grados y másteres de Diseño de Moda. Ha emprendido varias veces, hasta que lanzó el exitoso Método TriziaZu (más de seis mil alumnas han realizado los cursos que ofrece), dedicado a enseñar a mujeres reales a vestir y a comprar de forma racional gracias a la gestión de sus emociones.