

MEDIA KIT OFICIAL

ADRIAN YEPEZ PRENSA

Nutrición, fitness y educación responsable para mujeres latinas después de los 40. Adrian traduce temas virales de salud en hábitos sostenibles y decisiones mejor informadas.

DEL MITO VIRAL AL HÁBITO REAL

FUENTE PARA SALUD Y FITNESS PRÁCTICO.

Adrian Yopez es nutricionista y creador de contenido fitness con una comunidad digital amplia en español. Su trabajo actual se enfoca en ayudar a mujeres latinas de 40+ a entender nutrición, peso, energía y composición corporal sin promesas extremas.

Comunidad digital

Audiencia pública agregada en YouTube, Instagram y TikTok. Verificación rápida en perfiles oficiales.

[YouTube](#) · [Instagram](#) · [TikTok](#)

10+ años

educando sobre nutrición y fitness en español

Mujeres 40+

audiencia principal de la nueva etapa editorial

Ecuador / USA

base de operación y alcance latinoamericano

Nota de verificación: confirmar cifras exactas por plataforma antes de una nota que requiera números cerrados o ranking.

TEMAS DE ENTREVISTA

01 · Mitos virales

Qué dice la evidencia sobre agua con limón, jugos verdes, grasa abdominal y promesas rápidas.

02 · Mujeres 40+

Energía, composición corporal, fuerza, menopausia, hábitos y expectativas realistas.

03 · Fitness responsable

Cómo comunicar deseo de cambio sin caer en claims milagro o extremos.

04 · Tendencias

Ayuno, keto, suplementos y conversación responsable sobre medicamentos populares.

“El puente no es aburrir a la audiencia. Es elevar el contenido sin perder el deseo.”

BIO LISTA PARA COPIAR

Bio corta

Adrian Yepez es nutricionista y creador fitness en español. Educa a mujeres latinas de 40+ sobre nutrición, manejo de peso, fuerza y hábitos sostenibles sin promesas milagro.

Bio media

Adrian Yepez combina nutrición práctica, fitness y comunicación digital para ayudar a mujeres latinas después de los 40 a salir de la confusión creada por hacks virales y entrar en decisiones más sostenibles. Su campaña "Del mito viral al hábito real" convierte temas populares en educación responsable.

Contacto

Entrevistas, podcasts y colaboraciones editoriales: hola@adrianyepez.com

Nota editorial: contenido educativo; no sustituye evaluación médica individual. Evitar titulares tipo "cura", "quema grasa", "garantizado" o "milagro".