

image not found or type unknown



Cosas que piensas cuando te muerdes las uñas

Amalia Andrade

Fecha de publicación:

12/02/2019

La ansiedad es un monstruo y Amalia Andrade sabe cómo derrotarlo.

Sello Editorial:

Temas de Hoy

Este es **un libro sobre el miedo, un libro testimonial, honesto y divertido**, así que nadie mejor que la propia autora para describirlo:

Contacto de prensa

Nombre: Elia Crego

Email:

elia.crego@planeta.es

«Hola, soy Amalia y con este libro quiero explicarles **cómo funciona el miedo, cómo se adueña de nosotros y cómo nos persigue desde la infancia**. Si antes les temíamos a los monstruos de debajo de la cama, hoy también. Pero no todo es tan malo. Todos sentimos miedo sin importar de dónde somos, cuántos años tenemos, o si nos gusta o no el chocolate. Yo, por ejemplo, **casi me muero de ansiedad (que es miedo en su máxima potencia) y sobreviví**. No sólo sobreviví sino que aprendí que **lo que te hunde te salva**. Así que en estas páginas encontrarán **cómo hacer del miedo su mejor amigo y cómo convertir sus temores en súper poderes**.»

Además contiene:

- Playlists
- Kit anti-miedos
- Breve enciclopedia del miedo
- Guía de supervivencia para el ansioso

image not found or type unknown



Amalia Andrade

Nació en Cali, Colombia, en 1985. Estudió literatura en la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá. **Dibuja desde siempre**. Es periodista, ilustradora y **fenómeno viral en las redes sociales**. Ha escrito para varias revistas tanto en Colombia como en Estados Unidos. Sus libros han vendido más de **1.000.000 de ejemplares** y han sido traducidos a **seis idiomas**.