

image not found or type unknown



Equilibrio

Daniel López Rosetti

Fecha de publicación:

29/10/2019

Sello Editorial:

Editorial Ariel

Contacto de prensa

Nombre: Laura

Fabregat

Teléfono: 934928947

Email:

lfabregat@planeta.es

Nombre: Laia Barreda

Vicent

Teléfono: 93 492 8308

Email:

laia.barreda@planeta.es

Nombre: Erica Aspas

Teléfono: 934928752

Email:

easpas@planeta.es

El equilibrio entre la razón y la emoción es un tema de gran interés para el público general de psicología y autoayuda.

No nacemos aprendidos. Tampoco, en la mayoría de los casos, alcanzamos el anhelado estado de felicidad como una vivencia espontánea sin que requiera nuestra voluntad y nuestro esfuerzo. De ahí la pertinencia de un pequeño gran libro como este, en el que el doctor López Rosetti —prestigioso cardiólogo, especialista en estrés y profesor— nos ofrece «una suerte de “manual del usuario” para alcanzar, en lo posible, el equilibrio y el bienestar que tanto deseamos».

Partiendo del desenmascaramiento de la falsa dicotomía entre razón y emoción, el autor realiza un acercamiento transversal a la cuestión, a modo de fascinante viaje por la historia, la filosofía, la psicología y la neurociencia. Recurriendo a ejemplos históricos, casos médicos, metáforas y analogías esclarecedoras, López Rosetti corrobora que «no somos seres racionales, somos seres emocionales que razonan». Esa indisoluble y compleja combinación de razón y emoción que nos constituye es en gran medida plástica, maleable, y la clave de nuestro bienestar se halla en encontrar el equilibrio entre pensar, sentir y decidir. Tarea difícil, sin duda, pero para la que descubrimos valiosas pistas y numerosas referencias en este texto.

Escrito con calidez y elegancia dignas de la mejor tradición humanista, acaba con un bello poema de Max Ehrmann: «Aun con todas sus farsas, penalidades y sueños fallidos, / este sigue siendo un mundo hermoso. / Ten cuidado. / Esfuérzate por ser feliz».

image not found or type unknown



Daniel López Rosetti

Daniel López Rosetti es médico especialista en clínica médica y cardiólogo universitario egresado de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Se especializó en el diagnóstico y tratamiento del síndrome del estrés. Es profesor titular de la cátedra de Psicofisiología de la carrera de Psicología de la Universidad Maimónides; director del curso universitario de Medicina del estrés y

Psiconeuroinmunoendocrinología clínica de la Asociación Médica Argentina, y coordinador del gabinete de Medicina del Estrés y Psicobiología del Hospital Central Municipal de San Isidro. Es presidente de la Sociedad Argentina de Medicina del Estrés (SAMÉS); miembro titular de la Asociación Médica Argentina; miembro de la Sociedad Argentina de Cardiología, y de la Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). Es fellow del American Institute of Stress (Nueva York). Participa como disertante en congresos médicos locales e internacionales y publicó numerosos trabajos sobre su especialidad. Fue médico residente de clínica médica y docente de la I Cátedra de Fisiología Humana de la Facultad de Medicina de la UBA. Presidió el I y el II Congreso Argentino de Medicina del Estrés, celebrados en la ciudad de Buenos Aires en 2001 y 2005. De su autoría son los libros Estrés, epidemia del siglo XXI, El cerebro de Leonardo y El estrés de Jesús. Es columnista sobre temas médicos en Telefe Noticias y en Radio Mitre.