

Vivek H. Murthy

# Juntos

El poder  
de la conexión humana



«Un libro fantástico, imprescindible en los tiempos que corren. (...) Murthy ha escrito una obra maestra para demostrar que, ni siquiera en la era digital, nada puede sustituir a las auténticas conexiones humanas.»

BEN SILBERMANN, COFUNDADOR DE PINTEREST

CRÍTICA

**Fecha de publicación:**  
20/01/2021

**Sello Editorial:**  
Editorial Crítica

## Contacto de prensa

**Nombre:** Erica Aspás

**Teléfono:** 934928752

**Email:** easpas@planeta.es

**Nombre:** Laia Barreda Vicent

**Teléfono:** 93 492 8308

**Email:** laia.barreda@planeta.es

**Nombre:** Laura Fabregat

**Teléfono:** 93 492 89 47

**Email:** lfabregat@planeta.es



## Juntos

Vivek H. Murthy

Un libro necesario que trata sobre la importancia de la conexión humana, el impacto oculto de la soledad en nuestra salud y el poder social de la comunidad.

El mundo parece más conectado que nunca, pero la soledad se extiende como una epidemia. ¿Cuál es el efecto que tiene en nosotros y cómo podemos tratarla, incluso en la distancia?

En este libro revolucionario, el autor, Vivek Murthy –cirujano general de Estados Unidos con Obama y Biden— defiende que la soledad constituye un problema de salud pública y no es casualidad que en algunos países los gobiernos la hayan incorporado a sus agendas de trabajo: es el origen y agente colaborador de muchas de las epidemias generalizadas en el mundo actual, desde el alcoholismo y la drogadicción hasta la violencia, la depresión o la ansiedad. Pero la soledad no solo afecta a la salud, sino también a cómo viven nuestros hijos el colegio, a nuestro rendimiento en el trabajo y al sentimiento de división y polarización que reina en nuestra sociedad, y que la pandemia del Covid-19 ha puesto de relieve más que nunca.

En el fondo de nuestra soledad se encuentra el deseo innato de relacionarnos con otros porque el ser humano es una criatura social. Hemos evolucionado para participar en una comunidad, para forjar lazos duraderos con los demás, para ayudarnos mutuamente y para compartir experiencias vitales. Este libro es una potente llamada de atención y en él hay muchas estrategias que pueden ayudarnos a conectar porque, sencillamente, estamos mejor si estamos juntos.

## Vivek H. Murthy

**Vivek H. Murthy** ha sido nombrado vigesimoprimer cirujano general de Estados Unidos, puesto que ya había ocupado anteriormente en la administración Obama. Como «médico de Estados Unidos», el doctor Murthy ayudó a liderar la respuesta nacional para hacer frente a varios desafíos de salud como el virus del Ébola y del Zika, la crisis de los opioides y la creciente amenaza del estrés y la soledad para el bienestar físico y mental de los estadounidenses. Antes de su ejercicio como cirujano general, su investigación giró en torno al desarrollo de vacunas y la participación de mujeres y minorías en los ensayos clínicos. Como médico de medicina interna en el Brigham and Women's Hospital y en el Harvard Medical School, Murthy también ha atendido a miles de pacientes a lo largo de los años y ha preparado a muchos estudiantes de medicina y residentes médicos.