



# ENRIQUE ROJAS

## CÓMO SUPERAR LA DEPRESIÓN

Qué hacer contra el mal de la tristeza

**Fecha de publicación:**

14/02/2025

**Sello Editorial:**

Espasa

## Contacto de prensa

**Nombre:** Fernanda Azeredo

**Teléfono:** 914230355

**Email:** fazeredo@planeta.es

**Nombre:** Elena Suárez

**Teléfono:** 618697367

**Email:** elena.suarez@planeta.es

**Nombre:** Sara Ayllón

**Teléfono:** 914230353

**Email:** sayllon@planeta.es

**Nombre:** Nuria Quintanar

**Teléfono:** 914230377

**Email:** nquintanar@espasa.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 914 23 03 78

**Email:** lpaunero@planeta.es

**Nombre:** Laura Fernández

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:** lfernandez@planeta.es

**Nombre:** María Luque

**Teléfono:** 916008074

**Email:** mluquec@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:** drubio@planeta.es

# Cómo superar la depresión

**Enrique Rojas**

El gran libro de consulta sobre la depresión

## El gran libro de consulta sobre la depresión

A lo largo de estas páginas, el prestigioso doctor Enrique Rojas, uno de los psiquiatras más destacados del panorama actual español y una autoridad en la materia, adopta una vez más su papel de *médico del alma* para ayudarnos a encontrar, con un enfoque muy práctico y en pocas páginas, el camino que nos permitirá recuperar la fuerza interior perdida cuando se sufre depresión.

En 2006 Enrique Rojas escribió una obra sobre el mismo tema, titulada *Adiós, depresión*, que ha sido reeditada en seis ocasiones y lleva vendidos más de 100.000 ejemplares. Con un enfoque eminentemente didáctico, el autor sintetiza ahora las claves fundamentales para abordar esta afección, haciendo hincapié en las últimas novedades sobre su tratamiento.



## Enrique Rojas

Enrique Rojas es catedrático de Psiquiatría y Psicología Médica y director del Instituto Rojas-Estapé de Psiquiatría. Premio Extraordinario del Doctorado en Medicina por una investigación sobre el suicidio. Médico Humanista del Año en España. Ha recibido el Máster de Alta Dirección de España. Ha sido galardonado con el premio Pasteur de la Asociación Europea de Competitividad por su trayectoria clínica.

Sus libros ofrecen dos vertientes: los *clínicos*, dedicados a las depresiones, la ansiedad, las crisis de pánico, los trastornos obsesivos y los trastornos de la personalidad; y los de *ensayo y temas humanísticos*, sobre la voluntad, las crisis de pareja, la inteligencia o la felicidad.

Ha vendido más de tres millones de libros. Su obra ha sido traducida a numerosos idiomas, desde el inglés al ruso, pasando por el alemán, el italiano, el polaco o el portugués.

Ha participado en muchas ferias del libro, desde Frankfurt a Buenos Aires, pasando por México, Nueva York, Santiago de Chile o Londres.