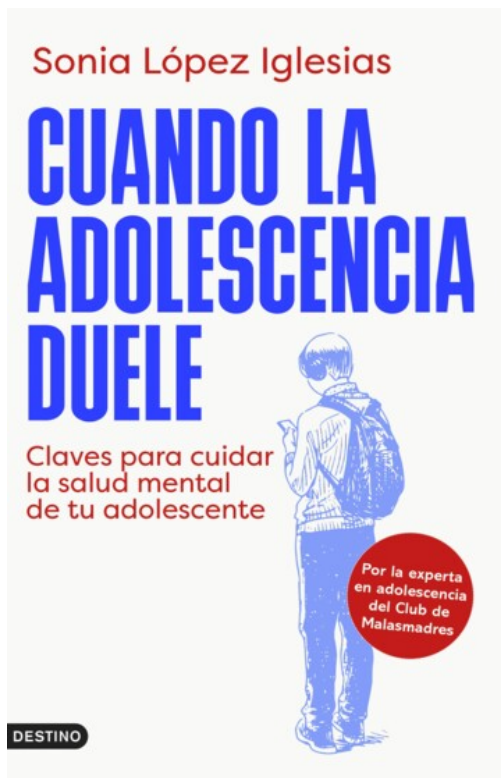




Fecha de publicación:
10/09/2025

Sello Editorial:
Ediciones Destino

Contacto de prensa

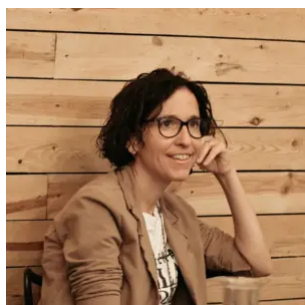
Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN
CASTELLANO: Alba Fité

Teléfono: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es



Cuando la adolescencia duele

Sonia López Iglesias

Un libro imprescindible para cualquier familia que quiera acompañar y cuidar la salud mental de sus hijos.

Un libro imprescindible para cualquier familia que quiera acompañar y cuidar la salud mental de sus hijos.

2.ª edición

Creer es una espinosa labor que produce un sufrimiento que puede llegar a desgarrar por dentro. Muchos padres y madres se habían imaginado a sí mismos comprensivos, capaces de ofrecer respuestas y siempre cariñosos con sus adolescentes. Pero la práctica nos demuestra, día tras día, que eso es una misión imposible. **Criar es tremendamente difícil y desafiante.** En un mundo en el que la tecnología y las nuevas formas de interacción social tienen un impacto directo en su vida, a menudo los adolescentes se sienten **abrumados e incapaces de atender** a todo lo que se espera de ellos. Un **estrés psíquico, emocional y físico** que puede desencadenar **problemas de salud mental**.

A través de la «**pedagogía del querer**», este libro nos enseña cómo estar a su lado potenciando la **confianza, la empatía, la presencia y la libertad** para robustecer su autoestima y, en definitiva, el amor que nos une a ellos.

Un libro imprescindible para cualquier familia que quiera acompañar y cuidar la salud mental de sus hijos.

Sonia López Iglesias

Sonia López Iglesias (Igualada, 1975) es maestra y psicopedagoga. Especialista en educación emocional, adolescencia y procesos de duelo, desarrolla su labor como docente, divulgadora educativa y asesora en el ámbito del acompañamiento familiar y escolar. Es autora del libro *El privilegio de vivir con un adolescente* (Destino, 2023), que refleja su mirada cercana, comprensiva y respetuosa hacia esta etapa clave del desarrollo. Colabora de forma regular con *El País*, en la sección de familias, así como con el Club de Malasmadres desde sus inicios. En la actualidad compagina su labor docente con la participación en acciones formativas, jornadas profesionales y congresos educativos a nivel nacional. Trabaja para promover entornos afectivos y seguros que favorezcan el crecimiento personal y emocional de los menores, así como el fortalecimiento de los vínculos familiares y el acompañamiento consciente.

X e Instagram: [@sonpa70](https://www.instagram.com/sonpa70)

<https://es-la.facebook.com/sonpa70/>