



Fecha de publicación:
19/11/2025

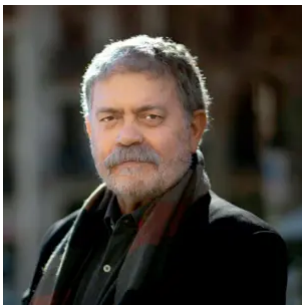
Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cerdón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Ya te dije adiós, ahora cómo te olvido

Walter Riso

UNA GUÍA PRÁCTICA PARA AYUDAR A LOS QUE SE VEN OBLIGADOS A SOBREVIVIR UNA PÉRDIDA AFECTIVA

UNA GUÍA PRÁCTICA PARA AYUDAR A LOS QUE SE VEN OBLIGADOS A SOBREVIVIR UNA PÉRDIDA AFECTIVA

Toma la decisión de soltar de manera definitiva los lastres afectivos que no te dejan crecer y te sorprenderás de lo que eres capaz. Que tu fortaleza interior marque el paso de un adiós definitivo y contundente.

Hay relaciones afectivas y personas que nos marcan a fuego, como si se enquistaran en nuestro ADN y en la esencia que nos define. Perderlas genera un vacío angustiante y devastador. ¿Cómo superar la ausencia de quien fue vital para nuestra vida amorosa?

La premisa es la siguiente: si logras **desvincularte de tu ex** (o de cualquier amor imposible que ronda tu vida) de manera adecuada, **podrás reinventarte** como te dé la gana. El tiempo ayuda, es cierto, pero hay que ayudar al tiempo.

En este libro encontrarás una **guía práctica que te ayudará a superar la pérdida afectiva** y a sobrevivir dignamente. Leerlo no eliminará el dolor que necesariamente debes sentir para salir adelante, pero lo hará más comprensible y llevadero: lo transformará en un sufrimiento útil.

Walter Riso

Walter Riso nació en Italia, y vive entre América Latina y Barcelona. Es doctor en Psicología, se especializó en Terapia Cognitiva y obtuvo una maestría en Bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria y la realización de publicaciones científicas y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear una vacuna contra el sufrimiento humano proponiendo estilos de vida saludables en distintos órdenes de la vida. El éxito de los libros de Walter Riso es arrollador.