



Fecha de publicación:
08/04/2026

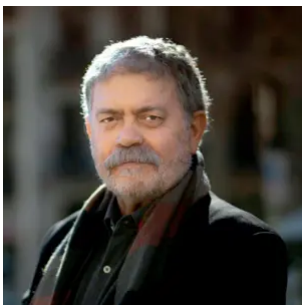
Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



¿Amar o depender?

Walter Riso

Walter Riso nos presenta el manual definitivo para cambiar tu tipo de apego y poder disfrutar de un amor sano y pleno.

Walter Riso nos presenta el manual definitivo para cambiar tu tipo de apego y poder disfrutar de un amor sano y pleno.

Entregarse afectivamente no implica desaparecer en el otro, sino integrarse de manera respetuosa. El amor sano es una suma de dos, en la cual nadie pierde.

La dependencia afectiva a la pareja tarde o temprano genera sufrimiento y depresión. Millones de personas en todo el mundo son víctimas de relaciones amorosas inadecuadas y no saben qué hacer al respecto, ya que el miedo a la pérdida, a la soledad o al abandono contamina el vínculo amoroso y lo vuelve altamente vulnerable. Un amor inseguro es una bomba de tiempo que puede estallar en cualquier momento y lastimarnos profundamente. Sin embargo, y al contrario de lo que parece establecer nuestra cultura, sí es posible amar con independencia y aun así seguir amando. Es posible eliminar las ataduras psicológicas y, pese a todo, mantener vivo el fuego del amor.

La adicción afectiva es una enfermedad que tiene cura y, lo más importante, puede prevenirse. Este libro pretende ayudar a aquellas personas que son o han sido víctimas de un amor malsano y guiar a las parejas aún no contaminadas para que sigan trabajando en la sana costumbre de amar intensamente y sin apegos.

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.