



Manifiesto de los que seguimos aquí

Andrea Snowy

Una guía imperfecta para sobrevivir al caos de la vida.

Una guía imperfecta para sobrevivir al caos de la vida.

Este libro es un lugar seguro para tratar lo incómodo, un espacio donde los tabúes se desmontan y se cuentan en voz alta.

Un manifiesto para **enfrentarnos a lo que otros prefieren callar: el fracaso, la soledad, el duelo, el sexo, las adicciones, el suicidio...** Todo aquello que duele y cuesta nombrar.

Entre reflexiones, curiosidades y ejercicios prácticos, Andrea Snowy te invita a explorar junto a ella lo que sientes para conocerte mejor y liberarte.

Fecha de publicación:

08/04/2026

Sello Editorial:

Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Andrea Snowy

Andrea Snowy (@andrea.snowyy) es creadora de contenido y divulgadora digital. Conocida por su estilo cercano y directo, en sus redes genera contenido sobre sus experiencias, curiosidades y temas variados relacionados con la salud mental. Con miles de seguidores en redes sociales, se ha convertido en una voz fresca que combina humor, vulnerabilidad y reflexiones. Este es su primer libro, donde la autora nos habla desde su propia experiencia para tratar esas conversaciones que, aunque a veces resulten un poco incómodas, son también muy necesarias.