Fecha de publicación:
08/04/2026

Sello Editorial:
Ediciones Destino

Contacto de prensa

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN CASTELLANO: Alba Fité

Telefóno: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es

Dime dónde te duele

Rachel Zoffness

LA REVOLUCIÓN DEL DOLOR El dolor no lo construye el cuerpo, sino el cerebro. «Con sencillez y rigor, la Dra. Zoffness devuelve la autonomía al paciente. Nos ayuda a conocer el dolor, paso indispensable para saber qué lo amplifica, qué lo modula y cómo reducirlo.» GUSTAVO G. DIEZ, neurocientífico y Director de Nirakara Lab

LA REVOLUCIÓN DEL DOLOR El dolor no lo construye el cuerpo, sino el cerebro. «Con sencillez y rigor, la Dra. Zoffness devuelve la autonomía al paciente. Nos ayuda a conocer el dolor, paso indispensable para saber qué lo amplifica, qué lo modula y cómo reducirlo.» GUSTAVO G. DIEZ, neurocientífico y Director de Nirakara Lab

Todos experimentaremos dolor en algún momento de nuestras vidas: de espalda, de parto o los achaques de la vejez. Ninguno de nosotros se librará. Pero **¿y si todo lo que creías saber sobre él fuera erróneo?** Nos han dicho que es puramente físico, que solo está relacionado con el cuerpo. Pero la verdad es que **el dolor lo construye el cerebro:** está influido no solamente por las lesiones corporales, sino también por **las emociones, las expectativas y el entorno.** Esto significa que tenemos infinitamente más control sobre él de lo que jamás hubiéramos imaginado: **porque si el cerebro puede cambiar, el dolor también puede hacerlo.**

Basándose en la neurociencia más avanzada y en casos de sus pacientes, Rachel Zoffness desmonta por completo los mitos heredados y nos ofrece una hoja de ruta para la curación.

El dolor crónico se puede tratar, aunque para lograrlo debemos abordar a la persona en su totalidad.

Rachel Zoffness

La doctora Rachel Zoffness es una de las principales expertas mundiales en el estudio del dolor, en el que se ha especializado como psicóloga y asesora médica, conferenciante, autora, divulgadora y referente intelectual. Es docente de la Facultad de Medicina de la Universidad de California en San Francisco y también imparte clases en Stanford. Recibió la prestigiosa beca Mayday.