

image not found or type unknown



Fecha de publicación:

17/04/2026

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Zoraya Peñuela R. (Jefe de prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1214

Email: zorayap@planeta.com

Nombre: Susana Serrano Arango (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1215

Email: susana.serrano@planeta.com.co

Nombre: Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1216

Email: ltandrade@planeta.com.co

image not found or type unknown



Lo que no pasó

Anabel Gonzalez

La psiquiatra Anabel Gonzalez, autora de *Lo bueno de tener un mal día*, regresa con un libro que nos ayudará a curar las heridas que nos dejan el abandono, la ausencia y las pérdidas.

La psiquiatra Anabel Gonzalez, autora de *Lo bueno de tener un mal día*, regresa con un libro que nos ayudará a curar las heridas que nos dejan el abandono, la ausencia y las pérdidas.

Cuando pensamos en lo que nos ha herido en nuestra vida, se nos hacen más evidentes las traiciones, el daño y el impacto de lo que nos sucede. Sin embargo, si lo pensamos bien, la ausencia, las pérdidas, lo que hubiera sido importante que pasara y no pasó deja en nuestro interior las huellas más duraderas. Las palabras que no se dijeron, el que no nos vean, el sentir que no importamos o que no existimos para las personas que son significativas para nosotros puede ser más doloroso que un golpe o que un insulto.

¿De qué manera influye lo que no pasó en lo que nos ocurre ahora? Sus efectos son muchas veces silenciosos, latentes, profundos. A lo largo de este libro, observaremos distintos escenarios relacionados con todo aquello que no pasó, pero que ahora nos afecta. *Lo que no pasó* puede ser la pieza del puzle que nos falta para conocernos realmente a nosotros mismos.

Anabel Gonzalez

Es médico psiquiatra de la Universidad de Santiago de Compostela, donde obtuvo también el Doctorado en Medicina y Cirugía. Su interés la llevó a especializarse en patologías disociativas y se formó como psicoterapeuta en diversas orientaciones. Ha enfocado su trabajo en el tratamiento de los cuadros postraumáticos graves, como los trastornos disociativos, y en el área de la regulación de las emociones.

Es entrenadora acreditada en terapia EMDR (una terapia orientada al trauma), es tutora de un Doctorado en la Universidad de La Coruña (UDC) y es profesora del Máster en Psicoterapia con EMDR de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED).

También es autora de los libros *Las cicatrices no duelen*, *Lo bueno de tener un mal día* y *No soy yo*, así como de otros libros especializados.

Instagram: @anabelgonzalez_emociones5.0

Twitter: @DAnabelGonzalez