

WALTER RISO

DESAPEGARSE SIN ANESTESIA

Cómo fortalecer
la independencia
emocional

Planeta



Desapegarse sin anestesia

Walter Riso

Fortalece tu independencia emocional

El psicólogo Walter Riso nos explica en qué consiste el apego y sus causas, y nos proporciona las claves para enfrentarlo y prevenirlo, sin perder la pasión por alcanzar nuestros sueños y metas personales. Mediante un lenguaje claro, con ejemplos y casos concretos, el autor nos invita a fortalecer la independencia emocional y crear un estilo de vida más libre y saludable. Riso nos presenta una obra ambiciosa en la línea de su bestseller *¿Amar o depender?*, en la que nos invita a fortalecer la independencia emocional para encontrar nuestro verdadero camino en la vida.

Fecha de publicación:

15/03/2018

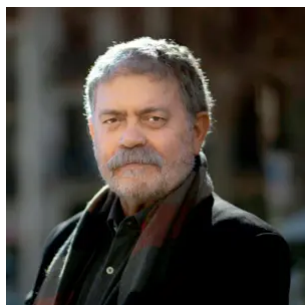
Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx



Walter Riso

Nació en Italia y vive entre Latinoamérica 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 redacción 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.