

image not found or type unknown



Ve a terapia

Nathalia Molina

Fecha de publicación:

21/09/2022

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno

Cabrera

Email:

mmorenoc@planeta.com.mx

¿Cansado de escuchar esta frase? Quizá te la digan por tu bien...

Este libro es para todxs los que:

- Le huyen a la tristeza como al sat.
- Se les mueren las plantitas tanto como las ilusiones.
- Escuchan a Taylor Swift para sanar el corazón roto.
- Rompieron el récord de «segundas oportunidades» con su ex.
- Han sido traicionadxs por las personas que más aman.

Ve a terapia es un **espacio seguro**, lleno de momentos para hacernos bolita, aceptar nuestros sentimientos o, incluso, un recordatorio de tomarnos cinco minutos para regar las plantas de nuestra casa (interior y exterior, ya lo entenderás).

Atrévete a enfrentar tus miedos y emociones, hazte las preguntas correctas y no temas escuchar las respuestas, descubre cómo en **la más íntima honestidad está tu fortaleza interior, tu amor propio**.

Nathalia Molina

Nathalia Molina es feminista, psicóloga e instructora certificada en prevención del suicidio por el QPR Institute, con una maestría en Psicología orientada en violencia de género.

Su pódcast **Ve a terapia** es uno de los más escuchados en Spotify, de acuerdo con Chartable. Cada episodio busca redefinir la divulgación sobre salud mental en plataformas digitales y cuenta con invitadxs especiales, entre ellos sexólogos, ilustradorxs y terapeutas, con quienes discute con completa honestidad las emociones que atraviesan y moldean al ser humano.