



Los dones de la imperfección

Brené Brown

Olvídate de quién se supone que deberías ser y abraza a tu verdadero yo

Brené Brown, la reconocida investigadora de los efectos de la **vulnerabilidad** y la **vergüenza**, y autora de seis *bestsellers* de *The New York Times*, comenzó el movimiento internacional de las emociones con el libro que ahora tienes en tus manos, el cual ha sido traducido a **treinta idiomas** y **ha vendido tres millones de ejemplares en todo el mundo**. Esta **edición de aniversario** incluye un prefacio inédito y herramientas para hacer de la lectura una experiencia nueva.

En estas páginas, la autora sienta las bases para una *vida de todo corazón*, y nos proporciona una ruta con diez claves que nos llevarán a cultivar la **valentía**, la **compasión** y la **conexión: los dones de la imperfección**. Practicar una de estas diez enseñanzas al día te ayudará a construir una vida en la que sea un hábito despertar por la mañana y pensar: «No importa qué tanto logre terminar o cuánto quede por hacer, soy suficiente»; e ir a la cama por la noche mientras te dices: «Sí, soy imperfecto, vulnerable y a veces tengo miedo, pero eso no cambia la verdad de que también soy valiente, y digno de amor y pertenencia».

Fecha de publicación:

25/07/2025

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx

«Este libro es una invitación para unirse a **la revolución de todo corazón**. Un movimiento pequeño, silencioso y de raíz que comienza con cada uno de nosotros diciendo:

“Mi historia importa porque yo importo”».

Brené Brown



Brené Brown es una investigadora originaria de Texas, que ha estudiado por más de dos décadas el impacto del coraje, la vulnerabilidad, la vergüenza y la empatía en los seres humanos. Es autora de seis *bestsellers* de *The New York Times*, entre los que se encuentran *El poder de ser vulnerable*, *Los dones de la imperfección* y *Más fuerte que nunca*. También conduce los podcasts *Unlocking Us* y *Dare to Lead*, además de protagonizar las series originales de Netflix y HBO *La llamada de la valentía* y *Atlas del corazón*, respectivamente. *The New Yorker* ha descrito su trabajo como el «imperio de las emociones que enseñó a una nación entera a ser vulnerable». Lleva 25 años casada con Steve y comparte con él dos increíbles hijos: Ellen y Charlie.