

Anabel Gonzalez

LO QUE NO PASÓ



Fecha de publicación:
23/06/2025

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx



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 psiquiatra, psicoterapeuta y doctora en Medicina. Trabaja en el Complejo Hospitalario Universitario A Coruña (CHUAC). Es presidenta de la Asociación EMDR España. Desde hace años imparte formación a otros especialistas, es entrenadora acreditada de terapia EMDR y da cursos sobre esta metodología terapéutica desde su página web Instituto Imayá. Es también tutora de doctorado en la Universidade da Coruña (UDC) y profesora invitada en el máster de Psicoterapia con EMDR de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Es autora de *Lo bueno de tener un mal día* (Planeta, 2020), *Las cicatrices no duelen* (Planeta, 2021) —ambos traducidos a varias lenguas—. También de *No soy yo* (2017) y de algunos libros especializados, y ha dirigido varios proyectos de investigación sobre estos temas.