

Pilar Sordo

Un segundo de coraje



Fecha de publicación:

20/04/2020

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



Un segundo de coraje

Pilar Sordo

Libérate de las situaciones tóxicas que te tienen atrapado y anímate a realizar el cambio que necesitas.

Seguramente todos, en ciertos momentos de la vida, nos hemos visto paralizados frente a alguna situación; sabemos que no la queremos, que debemos hacer un cambio –incluso muchas veces tenemos claro exactamente qué es lo que tenemos que hacer–, pero no nos atrevemos a dar el salto. Sin embargo, una vez que el velo se corrió, esa relación tóxica en la que estamos atrapados, ese trabajo que ya no nos hace sentido, una alimentación que es mala para nuestra salud o incluso un sistema social que nos parece injusto, no podrán ocultarse de nuevo: ya somos conscientes de aquello y, aunque queramos volver a la negación, nada podrá cambiar esa realidad. Da miedo, vértigo, pero es un segundo de coraje el que necesitamos para hacer un cambio que nos lleve al encuentro de nuestro amor propio y paz interior.

A partir de las múltiples consultas que le llegan directamente a Pilar a través de sus redes sociales se fue armando este precioso ensayo, cuyo hilo conductor es la necesidad que todos tenemos de hacer cambios, ya sea para crecer, tener más conciencia, ser más libres, alcanzar mayor paz o ser más felices.

Pilar Sordo

Pilar Sordo es psicóloga y escritora, reconocida por su gran profesionalismo y carisma. Desarrolla su labor profesional en su país de origen, Chile, y en todo el mundo hispano, realizando charlas en diversos sectores, tanto públicos como privados. Colabora en programas de radio y televisión y es columnista en diferentes medios escritos y portales de Internet. Es creadora y directora de la Fundación Cancervida que ayuda a pacientes con cáncer y sus familiares a transitar por la enfermedad. Fue elegida una de las cien mujeres líderes de Chile en los años 2006, 2007, 2010 y 2013. Obtuvo el premio Mujer del Año 2007, reconocimiento otorgado por el diario El Observador. Forma parte del cuadro de honor de las veintiún personas más influyentes en Chile. Fue destacada con el premio Atrevidas 2010 en la Argentina, es madrina de la Fundación para niños con Síndrome de Tourette, también en la Argentina, y desde el 2011 es embajadora de Mujeres con Pantalones. Goza del éxito de sus publicaciones ¡Viva la diferencia! (2005), Con el Coco en el diván (2007), No quiero crecer (2009), Lecciones de seducción (2010) y Bienvenido dolor (2012).