



Los dones de la imperfección

Brené Brown

Ser vulnerable es para valientes ¡Abraza quien eres!

Ser vulnerable es para valientes ¡Abraza quien eres!

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:

01/10/2025

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy

*«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 profesora de investigación en la Universidad de Houston, donde ocupa la cátedra de la Fundación Huffington-Brené Brown en el Graduate College of Social Work. Lleva dos décadas estudiando temas como el coraje, la vulnerabilidad, la vergüenza y la empatía y es la autora de superventas. Su charla TEDx, "El poder de la vulnerabilidad" tiene más de 50 millones de visitas, siendo una de las cinco más vistas del mundo. Su especial de Netflix, *Sé valiente*, se ha utilizado para inspirar a empresarios y CEO de todo el mundo