

NOTA DE PRENSA

Barcelona, 2025

ANITA ALDANA

# REPROGRAMÁNDOTE

CAMBIA EL CHIP PARA SER QUIEN REALMENTE ERES

Prólogo de Bisila Bokoko

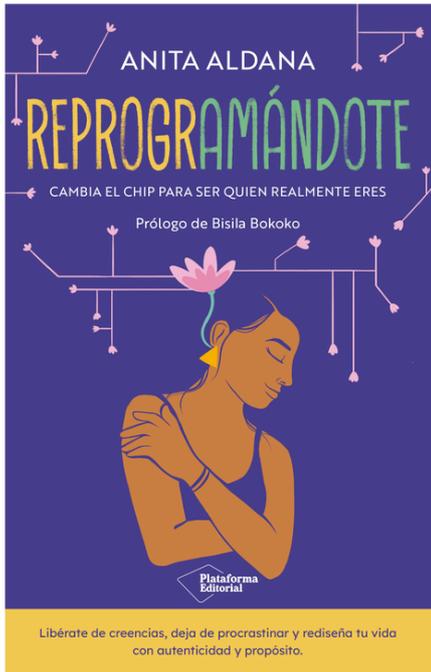


Plataforma  
Editorial

Para más información o coordinar publicaciones en prensa, no dudéis en contactar con nosotros:

[prensa@plataformaeditorial.com](mailto:prensa@plataformaeditorial.com)  
934 94 79 99

# ANITA ALDANA REPROGRAMÁNDOTE



¿Y si pudieras instalar una nueva versión de ti misma?

En un mercado saturado de libros de autoayuda genéricos (+260 nuevos títulos en lo que llevamos de año), este ofrece un enfoque fresco y práctico basado en experiencia real demostrada.

Un manual para rediseñar tu vida desde dentro. Si sientes que estás postergando tu propósito o que tu realidad ya no encaja contigo, este libro es para ti. Porque quizá es el momento de echar el freno y diseñar una vida más libre, auténtica y llena de sentido. Una vida escrita por y para ti. Anita Aldana te guía paso a paso para reprogramar tus pensamientos, superar bloqueos y dejar atrás la confusión, la incertidumbre y el miedo para pasar a la acción.

## FICHA TÉCNICA

**Encuadernación:** rústica

**Formato:** 140 x 220 mm

**Temática:** Desarrollo personal

**Publicación:** 27 agosto 2025

**ISBN:** 979-13-87813-01-7

**Páginas:** 320 | **Precio:** 22 €

Disponible en e-book.

Prólogo de Bisila Bokoko, una referente en empoderamiento femenino. El primer libro de Anita contó con la colaboración de María Esclapez

Anita Aldana organiza encuentros anuales en Guatemala con autoras españolas y creadoras de contenidos con miles de seguidoras en España y Latinoamérica, gracias a su club de lectura.



ANITA ALDANA

## SOBRE LA AUTORA

ANITA ALDANA combina su experiencia de más de quince años en empresas como Colgate, Google y Nivea con su vocación por el bienestar y la lectura. Es especialista en biblioterapia, PNL e inteligencia emocional. Ha creado la comunidad 30Libros, el pódcast Biblioterapia con Anita, el programa MOAI de coaching grupal, y la plataforma online La Academia de 30Libros. Ha publicado My Reading Journal y Divórciate de tu ego.