

**NOTA DE PRENSA**

Barcelona, 2026

# La salida del laberinto

*Qué le hace el alcohol a nuestro cerebro  
y cómo vencer el miedo a dejarlo*



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

**prensa@plataformaeditorial.com**  
**934 94 79 99**

# Gabriel Rubio

## La salida del laberinto



Esto no es un manual más para dejar de beber. Es un libro profundamente humano y clínicamente riguroso que pone el foco en algo que rara vez se explica bien: qué viven las personas durante el proceso real de la adicción al alcohol y, sobre todo, durante la recuperación. Tras más de cuarenta años de experiencia como psiquiatra especializado en alcoholismo, Gabriel Rubio construye este libro a partir de los testimonios de decenas de pacientes, integrándolos con explicaciones claras sobre el funcionamiento del cerebro, las emociones y los mecanismos que sostienen la adicción.

El resultado es una obra que permite comprender por qué beber no es un problema de voluntad y por qué recuperarse implica mucho más que dejar el alcohol. Un libro dirigido tanto a personas con problemas de consumo como a familiares y profesionales, que ofrece una auténtica hoja de ruta de la recuperación: realista, empática y basada en la evidencia científica.

### FICHA TÉCNICA

**Encuadernación:** Rústica  
**Formato:** 140 x 220 mm  
**Temática:** Salud y bienestar  
**Publicación:** 6 de mayo 2026  
**ISBN:** 979-13-88080-16-6  
**Páginas:** 249 | **Precio:** 20,90 €  
Disponible en e-book.

El alcohol es una de las drogas más consumidas y normalizadas en España: más del 76 % de la población de entre 15 y 64 años ha consumido alcohol en el último año y aproximadamente el 64,5 % lo ha hecho en el último mes según la encuesta oficial EDADES.

### SOBRE EL AUTOR

Gabriel Rubio es licenciado en Medicina por la Universidad de Valencia y doctor en Psiquiatría por la Universidad de Alcalá. Actualmente es catedrático de Psiquiatría de la Universidad Complutense de Madrid, Jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario 12 de Octubre y vicedecano de Relaciones institucionales e Integración de la Facultad de Medicina. También coordina el Programa «Ayúdate-Ayúdanos », galardonado con el premio Ibert Jovell (2015), y el Hospital Optimista (2016).

Es autor de 120 trabajos internacionales y 14 libros sobre psiquiatría. Pertenece a sociedades de gran relevancia, como la Sociedad Española de Psiquiatría, la Society for Neuroscience y la International Cannabinoid Research Society, además de ser miembro de la Brain and Mind Foundation



GABRIEL RUBIO