

NOTA DE PRENSA

Barcelona, 2026



Plataforma
Editorial

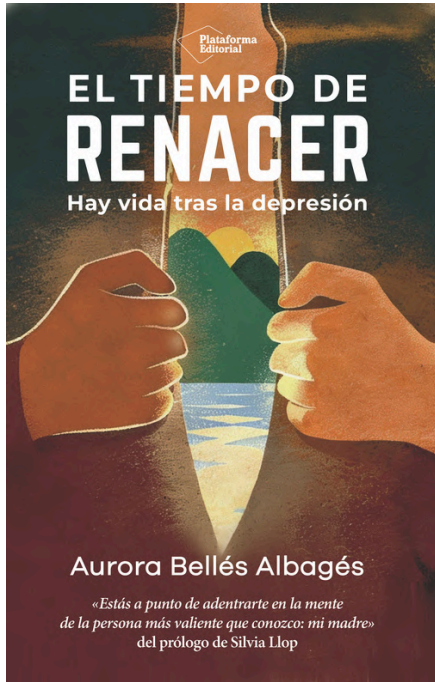
Para más información o coordinar publicaciones en prensa, no dudéis en contactar con nosotros:

prensa@plataformaeditorial.com
934 94 79 99

AURORA BELLÉS ALBAGÉS

EL TIEMPO DE RENACER

¿QUÉ OCURRE CUANDO LA VIDA APARENTEMENTE PERFECTA SE ROMPE POR DENTRO?



En el tiempo de renacer, Aurora comparte una historia de vulnerabilidad, sufrimiento y esperanza. Tras años intentando ser la hija, esposa y profesional perfecta, una crisis emocional la obliga a detenerse y enfrentarse a heridas que llevaba demasiado tiempo ignorando.

A través de un relato honesto y conmovedor, la autora recorre quince años marcados por la depresión recurrente, la pérdida, el divorcio, el cuidado de sus padres y la difícil tarea de reconstruirse cuando todo parece derrumbarse.

La obra incorpora además la mirada de la psicóloga Silvia Llop, que aporta claves para comprender los procesos emocionales que atraviesa la protagonista, así como los testimonios de familiares que muestran el impacto que la enfermedad mental tiene en todo el entorno.

FICHA TÉCNICA

Encuadernación: Rústica

Formato: 140 x 220 mm

Temática: Salud

Publicación: 26 de agosto 2026

Páginas: 256 | **Precio:** 21.95€

Disponible en e-book.

La historia real de una depresión contada desde dentro e interpretada desde la psicología.

SOBRE LA AUTORA

Aurora Bellés Albagés ejerció como maestra durante 38 años tras diplomarse en Magisterio por la Universitat Autònoma de Barcelona. Su experiencia personal con la depresión la llevó a profundizar en la educación emocional y en la importancia de la escucha interior y el autocuidado. Actualmente comparte reflexiones y meditaciones orientadas al bienestar emocional y al crecimiento personal. Este es su primer libro.



**AURORA BELLÉS
ALBAGÉS**