

# Pilar Sordo

## Oídos sordos



**Fecha de publicación:**

01/03/2016

**Sello Editorial:**

Editorial Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Aniela Vanoni

**Email:** [aniela.vanoni@eplaneta.com.ar](mailto:aniela.vanoni@eplaneta.com.ar)

**Nombre:** Ariel Benítez

**Email:** [ahbenitez@eplaneta.com.ar](mailto:ahbenitez@eplaneta.com.ar)

**Nombre:** Santiago Satz

**Email:** [ssatz@eplaneta.com.ar](mailto:ssatz@eplaneta.com.ar)

**Nombre:** Tomás Villafañe

**Email:** [tomas.villafane@eplaneta.com.ar](mailto:tomas.villafane@eplaneta.com.ar)

**Nombre:** Cecilia Pintos

**Email:** [cpintos@eplaneta.com.ar](mailto:cpintos@eplaneta.com.ar)

## Oídos sordos

**Pilar Sordo**

El cuerpo nos da señales. Aprendamos a escucharlas

Estamos cansados. Vivimos contra el tiempo, en medio de tensiones y estrés, alimentándonos mal, durmiendo poco y atrapados en la tecnología que nos tiene conectados, pero terriblemente incomunicados. Este cansancio puede convertirse en algo crónico y llevarnos a la enfermedad: jaquecas, crisis de pánico, arritmias, desórdenes hormonales y un largo etcétera de cuadros que afecta a gran parte de la población mundial. ¿Qué dicen todos estos síntomas de lo que sucede en nuestro interior? ¿Cómo están nuestras emociones? ¿Nos hemos preguntado por qué y para qué nos pasa todo aquello?

Partiendo de una experiencia personal, Pilar Sordo nos cuenta en este libro cómo ella misma hizo “oídos sordos” a su enfermedad, y revela su propio camino de sanación, cuyas claves están en escuchar las señales del cuerpo, reordenar nuestras prioridades y encontrar el silencio necesario para conectarnos con nuestro interior y hacernos las preguntas pertinentes. Un llamado a entender la salud desde las causas –las emociones– y no sólo desde los síntomas, porque las enfermedades, finalmente, nos dicen más del alma que del cuerpo.

“Este libro los invita a un viaje al interior, hacia la salud de verdad, hacia entender que el cuerpo grita lo que la boca calla.”



## Pilar Sordo

Es psicóloga con una destacada y reconocida experiencia en el área de la psicología clínica. Desarrolla su actividad prestando asesorías y realizando charlas en colegios, empresas, universidades, fundaciones, centros culturales y comunitarios, municipalidades e intendencias, tanto en Chile como en el extranjero. Entre sus muchas distinciones, fue elegida como una de las cien mujeres líderes de Chile en los años 2006, 2007, 2010 y 2013. Forma parte del cuadro de honor de las veintiún personas más influyentes en Chile y el 5 de mayo de 2015 recibió las llaves de la ciudad de Miami de manos del alcalde Tomás Regalado. En agosto de 2017 fue elegida por la Fundación Internacional Jóvenes Líderes como referente latinoamericana. En 2018 es nombrada como referente de la Asociación de Líderes de América. Reconocida en Lifetime Awards 2021 como una mujer que inspira hoy, mañana y siempre. Reconocida y premiada con el World Happiness Award 2021 en honor a la gran labor que tiene con la fundación Cáncer Vida.

Entre sus libros publicados se cuentan *¡Viva la diferencia!* (2005), *Con el Coco en el diván* (2007), *No quiero crecer* (2009), *Lecciones de seducción* (2010), *Bienvenido dolor* (2012), *No quiero envejecer* (2014), *Oídos sordos* (2016), *Educación para sentir, sentir para educar* (2017), *La libertad de ser quien soy* (2019) y *Un segundo de coraje* (2020).