Ecoansiedad

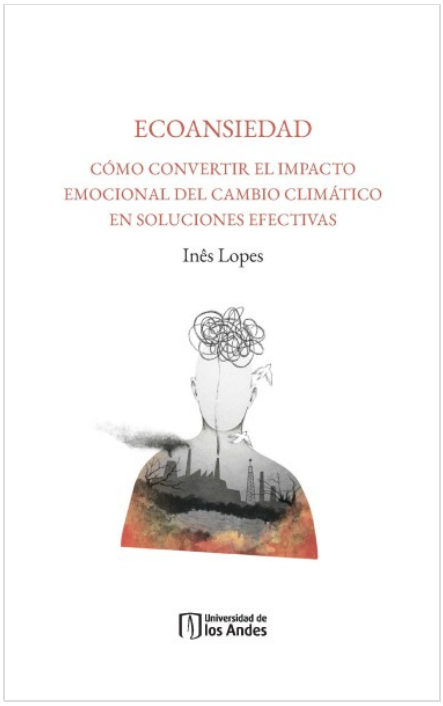
Cómo convertir el impacto emocional del cambio climático en soluciones efectivas

Autor

Inês Lopes

Sinopsis

¿Alguna vez has tenido insomnio por pensar en la falta de agua o en los incendios forestales? ¿Has sentido ansiedad por el cambio climático? La crisis ecológica afecta nuestra salud tanto física como mental y nos lleva a experimentar ecoansiedad. Este libro ayuda a reconocer sus síntomas y manifestaciones, con el objetivo de reducir los efectos de este malestar y transformarlo en acciones efectivas. Ecoansiedad ofrece herramientas concretas y hace un llamado para evitar que nos quedemos paralizados por la impotencia. En sus páginas, la autora nos propone un compromiso colectivo, porque una sola persona no puede asumir toda la carga de la causa ambiental.



Escanea para ver en línea

IL

Sobre el autor

Inês Lopes

Impreso

Año de publicación: 2025

Presentación: Mass market (rack) paperback (Libro)

Tamaño: 17 x 11 x 0.5 cm

Número de páginas del contenido principal: 154 Páginas

ISBN13: 9789587988147

$50.000 COP

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

E-Book

Año de publicación: 2025

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Número de páginas del contenido principal: 154 Páginas

ISBN13: 9789587988154

$25.000 COP

E-Book

Año de publicación: 2025

Presentación: EPUB (Digital: descarga y online)

Número de páginas del contenido principal: 154 Páginas

ISBN13: 9789587988161

$37.500 COP

IBD

Año de publicación: 2025

Presentación: Mass market (rack) paperback (Libro)

Tamaño: 17 x 11 cm

Número de páginas del contenido principal: 154 Páginas

ISBN13: 9789587988147

$57.657 COP

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Palabras clave

Ecoansiedad; Cambio climático; Ansiedad; Salud mental; Crisis ecológica; Insomnio; Incendios forestales; Falta de agua; Angustia ambiental; Estrés ambiental; Salud psicológica; Impactos ambientales

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen