

CANARIAS / SOCIEDAD

## La imprescindible necesidad de crear «una cultura del optimismo», según Rafaela Santos

B.S.@BERSAGASTUME / LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

Día 11/07/2013 - 02.49h

La autora de «Levantarse y luchar» presenta su libro ante una gran concurrencia en Las Palmas de Gran Canaria



ABC

**Foto de familia de los miembros de la Fundación Forja con la autora del libro, en la Casa Leacock**

«Todo el mundo puede ser resiliente, aunque no todo el mundo lo es», resumió ayer **Rafaela Santos**, que presentó su libro «Levantarse y luchar» en Las Palmas de Gran Canaria, ante un auditorio ávido de conocer los secretos del éxito a la hora de resolver y superar las situaciones adversas.

La autora recordó una alerta de la Organización Mundial de la Salud acerca de la «**epidemia silenciosa**» del mundo desarrollado, que señala que las previsiones menos optimistas indican que 1 de 4 personas sufrirán depresión antes de 2020. Así, señaló que cuando hay crisis, «los problemas psiquiátricos se disparan, por el miedo y la inseguridad».

Ante eso, la presidente del Instituto Español de Resiliencia, juzga imprescindible crear «una cultura del optimismo», ya que «de fábrica traemos la capacidad de afrontar la adversidad. La tristeza se contagia, **pero la alegría también**», indicó.

Rafaela Santos definió, además, la resiliencia como la **capacidad de afrontar la adversidad** sabiendo adaptarse: «El resiliente se capacita para vivir con éxito, y desarrolla competencias intelectuales y sociales que le aporten vivir una vida productiva».

La presentación, organizada por la Fundación Forja, cuyo presidente, Juancho Sánchez, y la vicepresidente, Isabel Sánchez, acompañaron a Santos, reunió a un numeroso público en la Casa Leacock, de la capital grancanaria, que **colaboró con la fundación** para que la presentación del libro fuera posible.

Compartir

[Share on facebook](#)35

[Share on twitter](#)7

[Share on tuenti](#)[Share on meneame](#)[Share on linkedin](#)

[Imprimir](#)

0

## Otras noticias que te pueden interesar...



El empresario que cambió el coche por el tren



La primera concejal con síndrome de Down de España



El Plan de Empleo Juvenil registra 2.735 solicitudes



El salto desde el infinito de Orlando Duque



«No estamos orgullosos de cumplir 10 años»

recomendado por Outbrain [?]



### Añadir comentario



Escribe aquí tu comentario.

La actualización en tiempo real está **habilitada**. [\(Pausar\)](#)