

PABLO R. COCA
@GCCIMORONS

LAS VIDAS QUE CONSTRUIMOS

CUANDO TODO SE DERRUMBA.



A la venta desde el 12 de marzo de 2025



LAS VIDAS QUE CONSTRUIMOS

CUANDO TODO SE DERRUMBA.

PABLO R. COCA
@occimorons

EN UN MUNDO TAN INCIERTO, ¿CÓMO CONSTRUIMOS UNA VIDA CON SENTIDO?

Vuelve **Occimorons**, el psicólogo y viñetista que ha acompañado a miles de lectores a navegar la vida con honestidad y sensibilidad. Tras el éxito de sus dos anteriores obras, *Esas cosas que nos pesan* y *Durante la tormenta*, llega su esperada tercera obra: **una novela gráfica que explora los desafíos de construir nuestro propio proyecto de vida.**

A través de Occi, su entrañable protagonista, Pablo R. Coca (@Occimorons) nos sumerge en un viaje lleno de preguntas, reflexiones y aprendizajes. Occi siempre siguió los planos que otros le dieron: construyó deprisa, intentó encajar, persiguió la felicidad, el éxito y el propósito... hasta que todo se vino abajo.

¿QUÉ HACER CUANDO LO QUE HAS CONSTRUÍDO COLAPSA?

¿CÓMO SEGUIR ADELANTE CUANDO NO SABES QUIÉN ERES NI QUÉ QUIERES?

Pablo R. Coca (@Occimorons) nos sumerge en una historia que abraza la incertidumbre, el miedo y el duelo por las vidas que dejamos atrás. **Una novela gráfica que nos recuerda que la vida no es un plano perfecto, sino un proceso de aprendizaje continuo**, sin olvidar que somos parte de un contexto que, a veces, no nos lo pone fácil.

Con su inconfundible mezcla de psicología visual y profundidad emocional, **Las vidas que construimos cuando todo se derrumba** es más que un libro: es un refugio. **Un lugar seguro** para quienes buscan reencontrarse consigo mismos y aprender a vivir sin la presión constante de tener que tenerlo todo claro.

- Una lectura que ofrece consuelo y esperanza para quienes han perdido la ilusión.
 - Un enfoque práctico para vivir con sentido y disfrutar del presente.
- Un recorrido por la salud mental y el proyecto de vida, con herramientas útiles para el día a día.
 - Una invitación a la reflexión, la conexión personal y la sonrisa, incluso en los momentos difíciles.

UNA GUÍA SOBRE SALUD MENTAL Y EL PROYECTO DE VIDA

¿CUÁL ES LA MEJOR MANERA DE VIVIR?

Esa es la pregunta que Occi, el protagonista, debe enfrentar a lo largo de esta historia. Todos, en algún momento, nos hemos detenido a pensar si la vida que estamos construyendo tiene un verdadero sentido o qué habría pasado si hubiéramos tomado decisiones diferentes. Nos encontramos llenos de miedos, dudas e incertidumbres. Cada elección que hacemos nos aleja o nos acerca a la vida que deseamos, pero también estamos inmersos en un contexto que, de alguna manera, nos influye y nos condiciona. La pregunta es: ¿Estamos construyendo nuestra vida desde nuestros propios valores, desde lo que realmente es importante para nosotros?



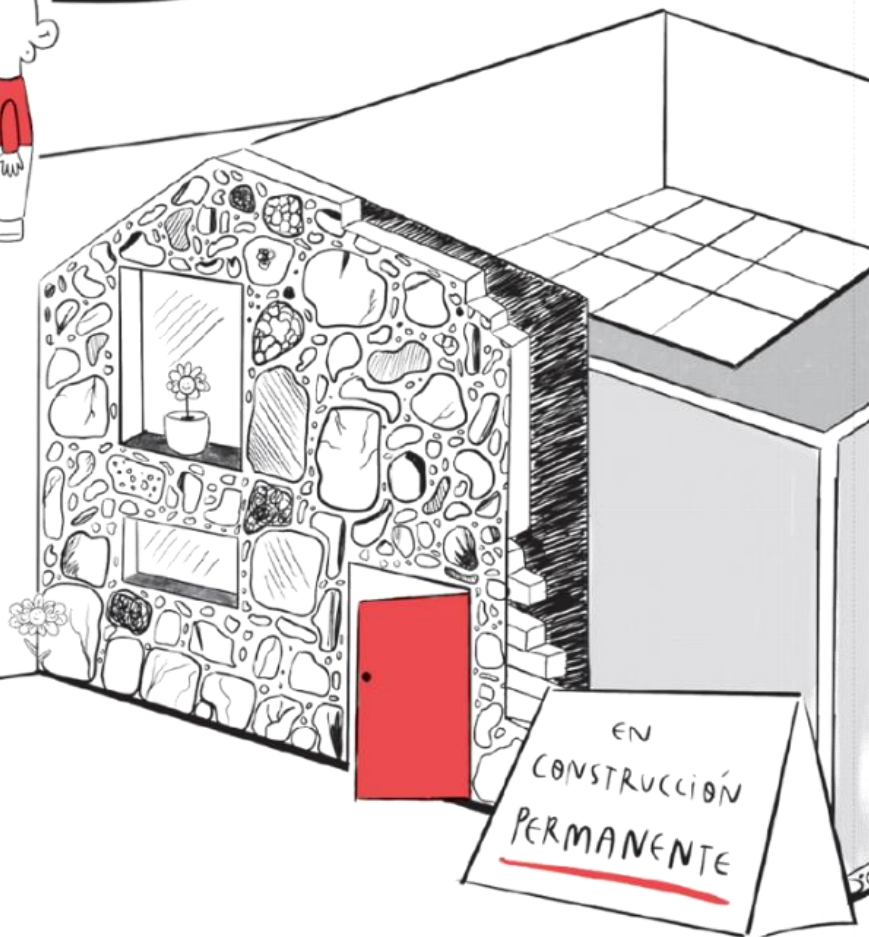
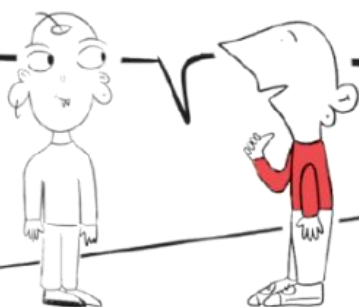


NUESTRO REFLEJO EN OCCÍ

En este nuevo libro Occi, el protagonista, es el espejo en el que se reflejan nuestras propias dudas, miedos y emociones. Con su sencillez y vulnerabilidad, nos lleva de la mano por una historia llena de preguntas, reflexiones y aprendizajes. A través de sus experiencias, sus tropiezos y su capacidad para encontrar luz incluso en los momentos más oscuros, Occi nos recuerda que no estamos solos en nuestras luchas y que siempre hay espacio para la esperanza y, sobre todo, **para volver a intentarlo.**



MORONS... HE APRENDIDO MUCHAS
COSAS SOBRE MÍ MISMO Y SOBRE LA
VIDA TODO ESTE TIEMPO SÉ QUE
ME QUEDAN AÚN MUCHAS COSAS
POR DESCUBRIR Y POR VIVIR...
QUE CAMBIARÉ, EVOLUCIONARÉ,
ME VOLVERÉ A EQUIVOCAR...
PORQUE LA VIDA TAMBIÉN CAMBIA
Y EVOLUCIONA... PERO ESTA ES
MI CASA AHORA MISMO Y
ESTOY APRENDIENDO A HABITARLA,
¿TE APETECE PASAR DENTRO?



POR HOY,
ES SUFICIENTE.



ÍNDICE

- CAPÍTULO 1. ¿Y AHORA QUÉ?
- CAPÍTULO 2. ¿DÓNDE ESTÁN LOS PLANOS DE MI VIDA?
- CAPÍTULO 3. VOLVER A EMPEZAR
- CAPÍTULO 4. LAS VIDAS QUE CONSTRUIMOS

EL AUTOR: PABLO R. COCA

Pablo R. Coca es psicólogo sanitario y creador del universo **@occimorons**, un proyecto de divulgación sobre salud mental a través de viñetas protagonizadas por Occi y Morons. Con un enfoque cercano y accesible, aborda temáticas clave como el autocuidado, la gestión emocional y el bienestar psicológico.

Especializado en terapia familiar, adolescencia, duelo y crisis vitales, Pablo acompaña a jóvenes y familias, con una atención especial a familiares y hermanos de personas neurodivergentes. Lidera el **@proyectohermanos** y colabora desde 2016 con la **Asociación Síndrome 22q11.2 de Andalucía**, donde ha impulsado iniciativas como *ExpresArte* y coordina campamentos inclusivos.

Además de su práctica clínica, imparte charlas y formaciones en centros educativos y empresas de toda España sobre prevención del acoso escolar, gestión emocional y bienestar en el entorno laboral y educativo. Su **exposición itinerante de viñetas** ha recorrido numerosos espacios culturales y académicos.

Ha publicado los libros *Esas cosas que nos pesan* y *Durante la tormenta*, donde explora procesos emocionales y el valor del acompañamiento en momentos difíciles. Estas obras han sido reconocidas por su impacto y serán traducidas a varios idiomas.

Pablo ha colaborado en medios como **2ominutos** o **RNE**, acercando la psicología al público general. En su web **www.occimorons.com**, ofrece recursos, talleres, grupos de terapia y materiales descargables.





FICHA TÉCNICA

Las vidas que construimos cuando todo se derrumba

Pablo R. Coca

Lunwerg Editores. 2025.

16.5 x 22.5 cm.

Tapa dura sin s/cub. (cartoné).

PVP c/IVA: 18.95 €

A la venta desde el 12 de marzo de 2025

MÁS INFORMACIÓN PARA PRENSA Y ENTREVISTAS CON EL AUTOR:

Lola Escudero - Directora de Comunicación de Lunwerg

Tel.: 619 212 722 – lescudero@planeta.es

