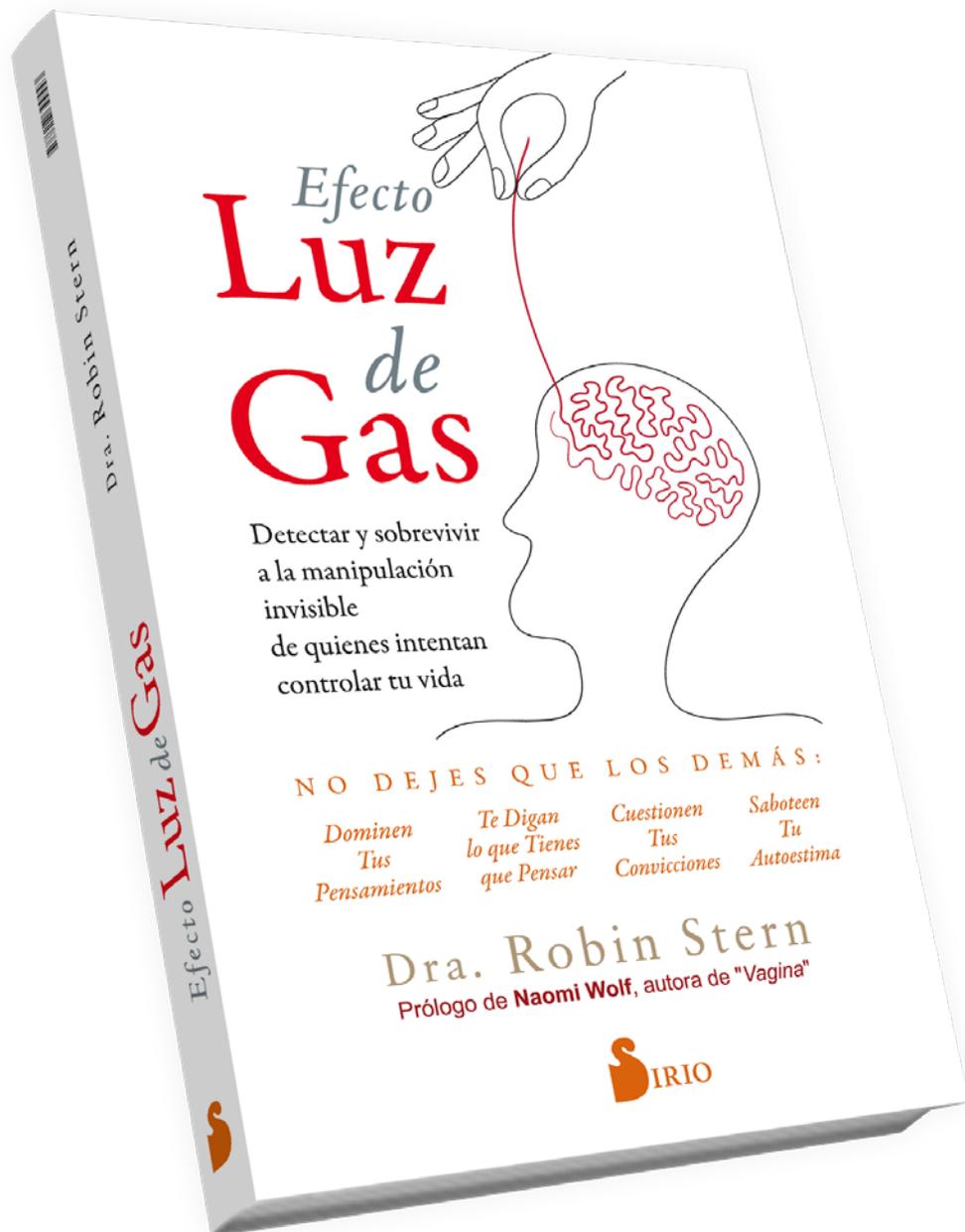




EDITORIAL  
SIRIO

Dossier de prensa



## EFACTO LUZ DE GAS - Dra. Robin Stern

Violencia silenciosa

Estaríamos ante una forma de **maltrato** sutil y perverso que se ejerce de forma **continua**, mediante un acoso constante que busca desgastar la autoestima y la confianza en sí misma de la víctima hasta el punto de anularla. Es una forma de **violencia psicológica** devastadora en la que, quien la sufre, llega a sentirse culpable de las conductas tóxicas del maltratador.

Dra. Robin Stern



## DE LA SUTILEZA A UN PROBLEMA REAL

El efecto luz de gas suele desarrollarse **por fases**. Al principio, puede representar un problema relativamente insignificante, hasta tal punto que la víctima ni siquiera es capaz de detectarlo aún. Pero el efecto va progresando hasta que finalmente se convierte en un problema importante. La víctima comienza a generar pensamientos negativos y emociones **agobiantes**. El resultado desemboca en depresión; la persona afectada por este tipo de maltrato es consumida por la desesperanza y la tristeza. En la última fase, ni siquiera es capaz de recordar a la persona que fue alguna vez, con sus propios puntos de vista y confianza en sí misma.

## EL TANGO DE LUZ DE GAS

La luz de gas es en todos los casos una situación creada por **dos personas**, un manipulador que siembra duda y confusión, y una víctima que está **deseando** dudar de sus propias percepciones. Podríamos decir que la esencia del maltrato basado en la luz de gas es **el tango luz de gas**, el baile de dos personas que dependen de su mutua participación, aún cuando una de ellas, carece por completo de criterio propio. La buena noticia es que la persona objeto del maltrato tiene las llaves de su propia prisión. En cuanto comprenda qué es lo que está sucediendo, podrá encontrar el coraje y la claridad mental para rechazar los comentarios nocivos del manipulador que pretende volverla loca.

## EFFECTO LUZ DE GAS LLEVADO AL CINE

La autora revela que cuando escribía la primera edición del libro, se propuso encontrar la forma de definir este patrón particular de maltrato,

cuya definición no había encontrado en ninguna publicación profesional ni en la cultura popular. Curiosamente, encontró su inspiración en una película de 1944, **Luz de gas**, interpretada por Ingrid Bergman, Charles Boyer y Joseph Cotton. En ella el héroe romántico interpretado por Boyer **convence** paulatinamente a Bergman **de que se está volviendo loca**. Le pregunta por un broche que le ha regalado y observa su desazón al no encontrarlo en su joyero donde estaba segura de haberlo guardado, y de donde él lo ha tomado. *¡Ay, cariño, eres tan olvidadiza!*, insiste él. *No es verdad*, responde el personaje de Bergman. Pero poco a poco comienza a creer en la versión de Boyer y a dudar de la suya, y cada vez es menos capaz de confiar en su propia memoria y percepciones.

## ¿CÓMO PUEDE AYUDARTE ESTA OBRA?

1. La lectura de este libro facilita la **identificación** de una posible participación en el desarrollo del efecto luz de gas, y acompañará a la víctima en un viaje de transformación para llegar a ser una persona más fuerte y tomar el control de su vida.
2. La Dra. Robin Stern describe los diferentes **perfiles de maltratadores**, incluyendo bastante casos reales en los que se aprecia que las personas que ejercen el abuso emocional pueden ser hombres o mujeres, cónyuges o amantes, jefes o compañeros de trabajo, padres o hermanos, pero todos tienen en común la habilidad de hacerte cuestionar tus propias percepciones de la realidad.
3. A través de las páginas de esta obra, encontrarás claves para poder **abordar una relación tóxica y salir de ella**.

## EL EFECTO LUZ DE GAS EN MEDIOS DE TODO EL MUNDO

- » [Gaslighting, la forma de abuso que te hace creer que vives otra realidad](#) - ABC. Noviembre 2020.
- » [Qué es la «luz de gas», el presunto maltrato que describe Rocío Carrasco en el documental](#) - 20 Minutos. Marzo 2021.
- » [Luz de gas, el tipo de manipulación que Rocío Carrasco describe en su documental](#) - ABC. Marzo 2021.
- » [De Freud a Rocío Carrasco: cómo el término «luz de gas» entró en el vocabulario moderno](#) - El País. Marzo 2021.
- » [Qué es la «luz de gas», la sutil forma de maltrato psicológico que describe Rocío Carrasco](#) - La Vanguardia. Marzo 2021.
- » [QUÉ ES LA «LUZ DE GAS»](#) - Diario Qué! Abril 2021.
- » [Luz de gas: cómo identificar esta forma de maltrato](#) - Muy interesante. Marzo 2021.
- » [Gaslighting: qué es y cómo saber si te lo están haciendo](#) - Floxer Now. Marzo 2021.
- » [«Gaslighting», base de la manipulación](#) - El Heraldo de Chihuahua (México). Marzo 2021.
- » [Gaslighting: el abuso emocional sutil.](#) - Diario La República (Uruguay). Abril 2021.
- » [What does gaslighting mean?](#) - Daily Express. Abril 2021.
- » [What Is Gaslighting? Your Complete Breakdown.](#) Women's Health. Marzo 2021.
- » [Cómo identificar las señales de gaslighting en tu relación.](#) - Vogue (México). Febrero 2021.
- » [The Reason Gaslighting Is So Painful in a Close Relationship.](#) - Psychology Today. Marzo 2021.

## LA DRA. ROBIN STERN REFERENCIADA EN LA PRENSA

afeminin



INSIDER



ISABEL ALBA / Resp. Comunicación y Marketing

prensa@editorialsirio.com  
(+34) 952 235 290 / 689 03 09 00  
C/Rosa de los Vientos, 64  
29006 Málaga, España

www.editorialsirio.com  
facebook.com/SIRIO.EDITORIAL  
instagram.com/editorialsirio  
twitter.com/EDITORIALSIRIO  
youtube.com/c/EditorialSirioTv

