

# PERDER TAMBIEN ES DE CAMPEONES. LO QUE LAS DERROTAS PUEDEN ENSEÑARTE



LORENA COS

## PERDER también es de CAMPEONES

Lo que las derrotas pueden enseñarte

Prólogos de Pep Marí y Miguel Olmo  
Nota de Dani Olmo

Editorial	PLATAFORMA EDITORIAL
Materia	DEPORTES Y RECREACION AL AIRE LIBRE
Colección	PLATAFORMA
EAN	9791387813611
Status	Disponible
Páginas	280
Tamaño	220x140x17 mm.
Peso	389
Precio (Imp. inc.)	20,00€
Fecha de lanzamiento	19/01/2026

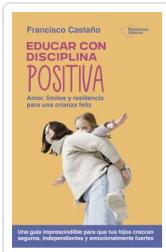
**COS, LORENA****SINOPSIS**

La penicilina o el marcapasos (¡e incluso la Coca-Cola!) son grandes ejemplos de errores que pasaron a la historia. Nos equivocamos más veces de las que acertamos, entonces ¿por qué nos preparamos más para ganar que para perder?

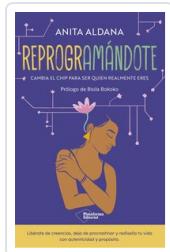
Vivimos rodeados de historias de triunfos espectaculares que casi siempre omiten lo que cuesta alcanzarlos: derrotas, esfuerzo, incertidumbre y soledad. Buscamos atajos y fórmulas infalibles que nos lleven directos a la cima, sin tropiezos ni dudas. Pero eso solo pasa en las películas. Este libro no te promete victorias fáciles, sino la fuerza para convertir cada error en una lección poderosa, cada derrota en un impulso silencioso y cada caída en energía para levantarte con más firmeza.

Como experta en psicología deportiva, y tras haber estado al lado de quienes rinden bajo presión, Lorena Cos ha sido testigo de lágrimas, de rabia y de frustración cuando las cosas no salen. Pero también de cómo esas emociones pueden transformarse en fuerza, un mensaje universal que va más allá del deporte. Por eso busca ayudarte a mirar las derrotas con amabilidad, a reconocer que caer es parte esencial de levantarse y a descubrir todo lo que puedes ganar cuando eliges seguir adelante. Con claridad y honestidad, hablándote de tú a tú, estas páginas son una invitación para que puedas crecer por encima de los resultados. Ponte las gafas de buceo y sumérgete en un viaje que cambiará por completo tu relación con las derrotas....

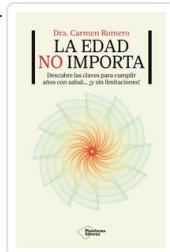
## Títulos relacionados



EDUCAR CON DISCIPLINA POSITIVA. AMOR, LÍMITES Y RESILIENCIA  
CASTAÑO, FRANCISCO



REPROGRAMANDOTE.  
CAMBIA EL CHIP  
PARA SER QUIEN  
REALMENTE ERES  
ALDANA, ANITA



EDAD NO  
IMPORTA, LA  
ROMERO, DRA.  
CARMEN



RESISTIR  
SAQUE, SALOME