



RECONECTANDO: Laboratorio ciudadano para el cuidado ecosocial

Documentos y recursos de apoyo



Reconectando busca nuevas vías para transformar la ecoansiedad y otras emociones difíciles ante la crisis climática en energía para la acción colectiva, el bienestar y el cuidado mutuo. Creando espacios seguros donde hablar de lo que sentimos frente a los retos ecosociales, el hecho de afrontar la alta preocupación instalada en cada una de nosotras y en el colectivo es una premisa de inicio que abre el camino a la transformación. La biblioteca verde CDAMAZ ofrece una serie de recursos bibliográficos para apoyar esta meta.

MONOGRAFÍAS DISPONIBLES EN CDAMAZ

[Esperanza realista: ideas y relatos para no paralizarnos ante un futuro incierto](#)

Cembranos, Fernando

Madrid: Libros en Acción, [2024]

71.9 CEM esp

[Cambio climático y ecoansiedad : de la preocupación a la acción](#)

Franquesa, Teresa.

Madrid : Oberon, [2024]

12.2 FRA cam

[La naturaleza que nos cuida : cómo encontrar el bienestar en elementos y escenarios naturales](#)

Hueso, Katia

Barcelona : Plataforma editorial, [2024]

02.3 HUE nat

[Naturaleza en calma : cómo explicar la crisis ambiental sin perder la esperanza](#)

Montero Sandoval, José María
[Málaga] : Ediciones del Genal, [2023]
71.9 MON nat

[Terapia con aves : cómo las aves y la naturaleza pueden ayudarte a equilibrar tu mente](#)

Harkness, Joe
[Barcelona] : Editorial Carbrame, [2023]
96.15 HAR ter

[Salud global : la nueva estrategia frente a la amenaza medioambiental](#)

López-Goñi, Ignacio; Pérez-Ramírez, Elisa; Orive, Gorka
Barcelona : Ediciones B, [2023]
76.3 LOP sal

[Contra el mito del colapso ecológico](#)

Santiago Muiño, Emilio
Arpa, [2023]
71.9 SAN con

[Guía de acciones para un planeta con futuro : soluciones simples para acabar con la ecoansiedad](#)

Wardley, Tessa
Barcelona : Acanto, 2023
71.9 WAR gui

[Esta vida única, preciosa y salvaje : volver a conectarnos a un mundo fracturado](#)

Wilson, Sarah
[Barcelona] : Siglantana, [2023]
96.3 WIL est

[El libro de la esperanza : una guía de supervivencia para tiempos difíciles](#)

Goodall, Jane; Abrams, Douglas
Barcelona : Paidós, [2022]
71.9 GOO lib

[Regreso a la naturaleza : cómo amar la vida y preservarla](#)

Packham, Chris
[Barcelona] : Editorial Carbrame, [2022]
43.3 PAC reg

[Otro fin del mundo es posible](#)

Servigne, Stevens y Chapelle.
Ed. Arpa, 2022
71.9 SER otr

[Resilvestración : 50 vías de reconexión con la naturaleza](#)

Tosoni, Stefano Luca

Esplugues de Llobregat : Ediciones Librería Universitaria de Barcelona, [2022]

71.9 TOS res

[La colapsología o la ecología mutilada](#)

Garcia, Renaud

La cebra, 2021

71.9 GAR col

[De la solastalgia : ocho relatos naturales](#)

Editorial Comba, [2021]

96.13 DE

[Colapsología](#)

Servigne, Pablo y Stevens, Raphaël

Arpa, [2021]

71.8 SER col

[Ecoansias : salimos de una crisis, no caigamos en otra](#)

Baños, Irene.

Ariel, 2020.

71.9 BAÑ eco

[Otro fin del mundo es posible, decían los compañeros : sobre transiciones ecosociales, colapsos y la imposibilidad de lo necesario](#)

Riechmann Fernández, Jorge

MRA Ediciones, [2019]

71.9 RIE otr

[Esperanza activa : cómo afrontar el desastre mundial sin volvernos locos](#)

Macy, Joanna; Johnstone, Chris

Barcelona : Ediciones La Llave, [2018]

71.9 MAC esp

[Somos naturaleza : un viaje a nuestra esencia](#)

Hueso, Katia

Barcelona : Plataforma Editorial, 2017

02.3 HUE som

ARTÍCULOS Y DOCUMENTOS DE INTERÉS

Integrar la salud mental en la agenda climática: un imperativo global

Consejo General de Psicología de España

Boletín InfoCOP, noviembre 2025

[Texto completo](#)

El clima exige acción, el futuro esperanza

Fernandez Álvarez, Sofía; Reboul Rodríguez, Laura; Fernández Montero, Belén

El Salto, 14 nov. 2025

[Texto completo](#)

El impacto en la salud mental del cambio climático: La ecoansiedad.

Garcés Prieto, Javier

Colegio Profesional de Psicología de Aragón, 2025

[Texto completo](#)

Estudio de la ecoansiedad en estudiantes universitarios.

Jiménez Gómez, Isidro & Garcés Prieto, Javier

Universidad Complutense de Madrid, 2025

[Texto completo](#)

Lo que quizá no te han contado de la esperanza

Eva Saldaña

Greenpeace Magazine, Nº. 50, 2025, págs. 1-1

[Resumen](#)

[Texto Completo Ejemplar](#)

Conversar con jóvenes: el impacto de las emociones que surgen con el tema del cambio climático como guía para la educación ambiental

Earle, Jane Segleau

Ensayos Pedagógicos, Vol. 20, Nº. 1, 2025 (Ejemplar dedicado a: Enero-junio)

[Resumen](#)

[Texto completo](#)

De la ecoansiedad a la ecoacción: Recomendaciones para afrontar la ansiedad climática y ambiental

Garcés, Javier; Cortés, Ana; Baños, Irene

Centro de Documentación del Agua y el Medio Ambiente, 2024

[Texto completo](#)

Ecoansiedad: de la parálisis a la acción climática y ambiental.

Baños Ruiz, Irene

Papeles de relaciones ecosociales y cambio global, Nº. 160, 2022-2023 (Ejemplar dedicado a: Factor demográfico), págs. 79-90

[Texto completo](#)

El lado bueno de la ecoansiedad

Belenguer, C. y Valladares, F.

El Diario, 14 JUN 2023

[Texto completo](#)

Preocupación por el cambio climático, atribución de responsabilidades y efecto en la decisión de voto de los universitarios: el caso de la UPV/EHU

Fernández Muerza, Alex ; Monge Benito, Sergio

Ambitos: Revista internacional de comunicación, Nº. 61, 2023, págs. 9-21

[Texto completo](#)

Aproximación a los impactos psicosociales del cambio climático y las migraciones.

Hidalgo Villodres, María del Carmen y Macarena Vallejo Martín.

Papeles de relaciones ecosociales y cambio global, Nº. 162, 2023, p. 135-143

[Resumen](#)

La ecoansiedad en la educación ecosocial: el caso MHESTE, análisis y propuestas

Carlos Buj

Trabajo Fin de Master. Universitat Politècnica de València (UPV), 2023

[Texto completo](#)

María Pastor-Valero, investigadora: “La ecoansiedad es una respuesta lógica ante un problema real”

Linde, Pablo

El País, 8 sept. 2023

[Texto completo](#)

La cara emocional del cambio climático.

Martín-Sosa, S., Garcés, J., Jiménez, I.

Climática. 2023

[Texto completo](#)

¿Ansiedad climática? Así es como puedes convertir la aprensión en acción

Matei, Adrienne

The Guardian, 16 nov. 2023.

[Texto completo](#)

No puedes (ni debes) eliminar la ecoansiedad, pero sí aprender a vivir con ella.

Samaniego, Juan F.

Climática, Agosto 2023

[Texto completo](#)

Los expertos en epidemiología ponen el foco en la ecoansiedad como consecuencia del cambio climático: “Es ya una realidad y el número de personas que la sufren irá en aumento”

Sociedad Española de Epidemiología, 2023

[Texto completo](#)

Cambio climático y salud mental: Un esfuerzo transdisciplinar

Zaragoza Bernal, J.M., García Capilla, D.J.

I Congreso Internacional de Humanidades Ecológicas: Pensamiento, Arte y Educación ante las crisis y para las transiciones ecosociales (2023) págs. 175-175

[Texto Completo Libro](#)

Ansiedad ante el cambio climático en adolescentes: Evaluación y variables predictoras

Sanandrés Pérez-Loizaga, M., & Rodríguez-Rey, R.

Trabajo de fin de máster, Universidad Pontificia Comillas, 2022

[Texto completo](#)

Formación voluntaria y expectativas académico-laborales como reflejo de la preocupación (ecoansiedad) y conciencia ambiental en los jóvenes.

Carmona Moya, Beatriz, M. Carmen Aguilar Luzón, Antonia Calvo Salguero

En Educación y Sociedad: Pensamiento e innovación para la transformación social.

Dykinson, 2022, págs. 1851-1856

[Texto completo Libro](#)

Informar, convencer y motivar: el (olvidado) factor emocional en la comunicación del cambio climático

Garcés Prieto, J. Redondo Mora, P. y Ramos Gabilondo M.A.

En: *Comunicar e investigar en tiempos de emergencia climática*, 2022. (pp.15-28)

[Texto completo](#)

De la ecoansiedad a la acción creativa.

Ibarra, Patricia

Teachers For Future Spain, 2022

[Texto completo](#)

Mental Health and Climate Change. The Birth of Eco-Anxiety in the Spanish-Language Press

Jiménez Gómez, I., Garcés Prieto, j., Martín-Sosa Rodríguez, S.

Trípodos, Nº. 52, 2022 págs. 13-33

[Texto completo](#)

Cambio climático, sostenibilidad y salud mental: revisión y estrategias para su abordaje

Rodríguez Quiroga de Pereira, Andrea.

Subjetividad y Procesos Cognitivos, Vol. 26, Nº. 1, 2022 (Ejemplar dedicado a: 20º Aniversario del doctorado. 20 años de Investigaciones en Psicología), págs. 152-184

[Texto completo](#)

Cambio climático: “salud mental en un mundo en llamas”

Donoso Sabando, Claudia Andrea

Mutatis Mutandis: Revista Internacional de Filosofía, Nº. 16, 2021, págs. 109-118

[Texto completo](#)

Gestionar la ecoansiedad. ¡no nos culpabilicemos y pasemos a la acción!.

Franquesa, Teresa, Marta Vilar Recasens, Rosa Vila

Aula de innovación educativa, Nº 305, 2021, págs. 63-64.

[Resumen](#)

Young people's voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: A global phenomenon. Government Betrayal and Moral Injury: A Global Phenomenon

Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E. R., Mayall, E. E., ... & van Susteren, L.

SSRN Electronic Journal, JAN 2021

[Texto completo](#)

From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing

Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I.

The Journal of Climate Change and Health, Vol. 1, 2021.

[Texto completo](#)

Las emociones de la Tierra: nuevas palabras para un nuevo mundo

Albrecht, Glenn

MRA ediciones, 2020

[Texto completo reseña](#)

Solastalgia.

Miret, Maia F.

Revista de la Universidad de México, Nº 2, 2020 (Ejemplar dedicado a: Emergencia climática), págs. 46-51

[Texto completo](#)

Global climate change and mental health

Palinkas, L. A., & Wong, M.

Current Opinion in Psychology, Volume 32, 2020, Pages 12-16

[Texto completo](#)

Salud mental y salud ambiental. Una visión prospectiva. Informe SESPAS 2020

Ordóñez Iriarte, José María

Gaceta sanitaria: Órgano oficial de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria, Vol. 34, Nº. Extra 1, 2020. págs. 68-75

[Texto completo](#)

Informe: ¿Qué es la ansiedad climática?. AVAAZ, [s.d.]

[Texto completo](#)

Psicología y cambio climático.

Clayton, Susan

Papeles del psicólogo, Vol. 40, Nº. 3, 2019, págs. 167-173

[Texto completo](#)

“Solastalgia: a new concept in human health and identity”.

Albrecht, Glenn

PAN nº3, p. 41-55, 2005

[Texto completo](#)

ENLACES DE INTERÉS

Qué es la ecoansiedad: Ecoansiedad: las secuelas psicológicas de la crisis climática. Web Iberdrola (consulta: 1-12-2025)

<https://www.iberdrola.com/compromiso-social/que-es-la-ecoansiedad>

Ecoansiedad, la preocupación excesiva de los jóvenes y niños ante el cambio climático. Web Hospital Sant Joan de Dèu (consulta: 1-12-2025)

<https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/es/consejos-salud/sociedad-ambiente/ecoansiedad-jovenes-ninos-cambio-climatico>

Ecoansiedad: ¿qué es? Consejos para combatirla. Web Generali seguros (consulta: 1-12-2025)

<https://www.generaliseguros.es/blog/generalimasqueseguros/eco-ansiedad-que-es-sintomas-prevencion-ansiedad-climatica/>

Sobre la ecoansiedad que genera la crisis ecosocial y cómo aliviarla en clase. Ecotopías: nuevas narrativas ecosociales desde Casa Algaia (consulta: 1-12-25)

<https://ecotopias.net/2023/11/06/sobre-la-ecoansiedad-que-genera-la-crisis-ecosocial-y-como-aliviarla-en-clase/>

Ecoansiedad: los efectos psicológicos del cambio climático. Blog buencoco (consulta: 1-12-2025)

<https://www.buencoco.es/blog/ecoansiedad>

'Podcast': La ecoansiedad: cuando las consecuencias del cambio climático generan angustia. Web BBVA (consulta: 1-12-2025)

<https://www.bbva.com/es/sostenibilidad/podcast-la-ecoansiedad-cuando-las-consecuencias-del-cambio-climatico-generan-angustia/>

Qué es la Ecoansiedad y cómo combatirla. Blog Cero Residuo (consulta: 1-12-2025)

<https://www.ceroresiduo.com/que-es-la-ecoansiedad-como-combatirla/>

Ecoansiedad, cada vez más presente entre los jóvenes. Blog Orbium Adicciones (consulta: 6-12-2023)

<https://orbiumadicciones.com/noticias/ecoansiedad-cada-vez-mas-presente-entre-los-jovenes/>

¿Qué es la ecoansiedad y cómo combatirla?. Web Diario Médico (consulta: 1-12-2025)

<https://www.diariomedico.com/farmacia/que-es-la-ecoansiedad-y-como-combatirla.html>

Ecoansiedad, con Nerea Pérez de las Heras | GREENFLAGS 1x03. Greenpeace España.
(Vídeo 23:13 min) (consulta: 1-12-2025)
<https://www.youtube.com/watch?v=ze435913KY0>