Especial: amistad

escrito por Aitor Galar y Sara Carbonell | 3 de septiembre de 2026



La amistad puede transformar nuestras vidas: nos acompaña en las dificultades, fortalece las redes de apoyo y contribuye de forma decisiva al bienestar. La evidencia científica muestra que los vínculos de calidad no son un aspecto secundario, sino una parte fundamental de una vida saludable y feliz.

Estos tres artículos recorren **diferentes dimensiones de la amistad, desde su capacidad para iluminar los momentos difíciles hasta su papel en la prevención de la violencia y su relación con una vida más feliz.** Construir y cuidar amistades sólidas es también una forma de cuidar a las personas y a nuestras comunidades.

Las amistades sólidas son el mejor predictor de una vida feliz

La amistad verdadera es transformadora

La amistad y la fosforescencia

Imagen: Magnific