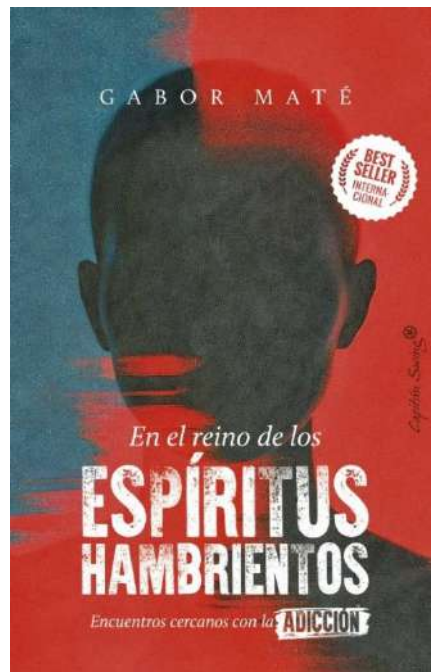


# EN EL REINO DE LOS ESPÍRITUS HAMBRIENTOS

*Encuentros cercanos con la adicción*

## GABOR MATÉ

**Bestseller internacional**  
**Premio Hubert Evans de no ficción**



**EN LIBRERÍAS: 25-5-2026**

«Una mirada conmovedora, provocadora y multifacética sobre cómo surge la adicción, las personas que la padecen y por qué apoya la despenalización de todas las drogas, incluidas las metanfetaminas. *En el reino de los espíritus hambrientos* no solo se lee como un animado análisis académico de las causas fisiológicas y psicológicas de la adicción a las drogas, sino también como una investigación de su corazón y su mente».

***THE GLOBE AND MAIL***

«Mis encuentros con padres afligidos —y han sido muchos— son siempre los más conmovedores. Puesto que las adicciones, ya sean a las drogas o al juego, al sexo o a la comida (a cualquier cosa, en realidad), están enraizadas en un dolor que brota en muchos casos del sufrimiento infantil, es quizá inesperado que muchos padres que han perdido a sus hijos adultos por las adicciones hayan expresado reconocimiento y comprensión, en lugar de mostrarse heridos, rabiosos o de sentirse señalados. Este libro no pretende culpar a nadie, sino abrazar a una humanidad atormentada, demostrar que las adicciones son una de las manifestaciones más habituales y humanas de la aflicción. No hay dedos acusadores, solo la realidad esencial de que el sufrimiento es multigeneracional, de que lo transferimos de forma inconsciente hasta que somos capaces de comprenderlo y de romper los eslabones de la cadena de transmisión que recorre toda familia, toda comunidad y toda sociedad. (...) La buena noticia de estas páginas, como de muchas otras fuentes, es que los traumas y la ruptura de los vínculos familiares pueden sanarse. En las condiciones apropiadas, ahora lo sabemos, el cerebro es capaz de curarse a sí mismo.

Confío en que *En el reino de los espíritus hambrientos* siga llegando a muchas personas para comunicar su mensaje de curación asentado en verdades emocionales, psicológicas, sociales y científicas. La verdad, como sabemos, conlleva libertad, aunque pueda suponer dolor».

## GABOR MATÉ

## EL REINO DE LOS ESPÍRITUS HAMBRIENTOS

«Las adicciones no son una elección ni, en lo fundamental, una enfermedad.

Tienen su origen en el desesperado intento de un ser humano de solucionar un problema: el problema del dolor emocional, del aplastante estrés, de la pérdida de vínculos, de la carencia de control, del profundo malestar con uno mismo. En pocas palabras, es una tentativa angustiada de solucionar el problema del dolor humano. Todas las [drogas](#) —y todas las conductas adictivas, dependientes de sustancias o no, ya sean los juegos de azar, el sexo, internet o la cocaína— aplacan directamente el dolor o desvían de él la atención. De aquí mi lema: La primera pregunta no es: “¿por qué la adicción?”, sino: “¿por qué el dolor?”».

**GABOR MATÉ**

[Gabor Maté](#), médico, escritor e investigador húngaro, reconocido internacionalmente por su trabajo sobre la **relación entre trauma, adicción y sufrimiento humano**, es el autor de [En el reino de los espíritus hambrientos](#), una obra que, más de una década después de su publicación, sigue teniendo una influencia decisiva en el debate contemporáneo sobre las adicciones y la salud mental.

El libro nace de los años en que Maté trabajó como médico en el Downtown Eastside de Vancouver, uno de los epicentros de la crisis de adicción y exclusión social en Norteamérica. Lejos de un ensayo puramente teórico, **la obra articula investigación científica, experiencia clínica y relatos reales de personas con adicciones**, dando un rostro humano a lo que habitualmente aparece como estadística o diagnóstico.

El título remite a la figura budista de los “espíritus hambrientos”, seres condenados a un deseo insaciable que nunca se satisface. La imagen funciona

como **metáfora del vacío emocional, la compulsión y la búsqueda desesperada de alivio** que atraviesan toda la obra.

Desde su publicación, Maté ha recibido mensajes de todo el mundo de personas que describen el impacto del libro en sus vidas o en las de sus seres queridos ante la magnitud del problema. “Su libro me permitió identificar las causas de mi adicción —le escribió un hombre encarcelado en Idaho—. **Ahora puedo responder a la pregunta que mi familia y mis amigos me han hecho desde hace décadas: ‘¿por qué?’**”.

Ese “por qué” nunca ha sido más urgente. La [crisis de sobredosis por opioides](#) afecta a países como **Estados Unidos**, donde cada tres semanas mueren por tantas personas como en los atentados del 11-S. **Canadá** registró en 2017 más de 4.000 muertes por opioides y declaró la emergencia pública. Entre las causas inmediatas destaca el fácil acceso al **fentanilo** y al **carfentanilo**, opioides sintéticos baratos y extremadamente potentes.

Cabe preguntarse por qué la respuesta colectiva sigue siendo, en comparación, tan silenciosa. ¿Es porque valoramos menos a quienes están muriendo? **¿Es esta la sociedad “humanitaria” en la que nos estamos convirtiendo?**

Maté considera simplificador atribuir estas muertes solo a decisiones individuales. Las personas con adicciones son **víctimas de una profunda reticencia social a reconocer las causas estructurales del problema**. Durante décadas, pese a toda la evidencia científica, se han evitado medidas eficaces de prevención y tratamiento.

**Estas muertes no pueden entenderse de forma aislada.** La sociedad industrializada, marcada por el aislamiento, la soledad, el estrés, la inseguridad económica, la desigualdad y la pérdida de vínculos comunitarios, está atravesada por **múltiples formas de dependencia**. La propia vida cotidiana incorpora dinámicas adictivas: la productividad compulsiva, el consumo constante y la evasión del malestar forman parte de una normalidad que intenta regular el vacío emocional.

Una de las ideas centrales del libro es que la adicción **no pertenece solo a los márgenes**. Para Maté, la diferencia entre un consumidor de heroína, un adicto al trabajo o alguien atrapado por las redes sociales es más de grado que de naturaleza. Las adicciones no hablan de “otros”, sino de **mecanismos profundamente arraigados en la cultura contemporánea y en la dificultad colectiva para sostener el malestar, la desconexión y el vacío emocional**.

“No te voy a preguntar a qué eras adicto —plantea Maté a sus pacientes—. Solo, fuera cual fuera el objeto de tu adicción, **¿qué era lo que te ofrecía?** Las respuestas se repiten: escapar del dolor emocional, reducir el estrés, sentir calma, conexión o control.

Las adicciones no son una elección individual, ni un fenómeno exclusivamente biológico. Son intentos desesperados de **aliviar el dolor emocional, la desconexión, la pérdida de vínculos, la falta de control y el malestar con uno mismo**. De ahí la ideal central: la pregunta no es “¿por qué la adicción?”, sino “¿por qué el dolor?”.

El libro cuestiona asimismo la “**guerra contra las [drogas](#)**”, al señalar que no se combate a sustancias, sino a personas que en muchos casos han sufrido abandono, violencia o trauma en la infancia.

La evidencia clínica y científica coincide en que el **trauma desempeña un papel central en el desarrollo de las adicciones**. Experiencias de violencia, abandono o ausencia de vínculos seguros en la infancia influyen de manera decisiva en la configuración de **patrones de dependencia en la vida adulta, especialmente a través del apego**: cuando no se establece un vínculo emocional seguro los primeros años de vida, se ve comprometida la capacidad posterior de regular el malestar interno, lo que favorece la aparición de conductas adictivas como formas de compensación.

Desde esta perspectiva, las adicciones no pueden separarse del sufrimiento temprano ni de la **transmisión intergeneracional del trauma**. “El sufrimiento es multigeneracional”, afirma Maté, y se perpetúa de forma manera inconsciente hasta que puede ser reconocido y transformado. En este sentido,

**“responsabilizar a los padres es cruel en términos emocionales e incorrecto en términos científicos”**, subraya el autor, cuyo enfoque no es de culpa, sino de comprensión: “Este libro no pretende culpar a nadie, sino abrazar a una humanidad atormentada”.

Las personas que se sienten bien consigo mismas no suelen poner su cuerpo en riesgo. Quienes han sufrido trauma, en cambio, viven en un estado de inquietud constante: tensión interna, opresión en el pecho y un malestar persistente que buscan aliviar. Cuando esa vivencia se vuelve insoportable, las sustancias aparecen como un intento de estabilización. **Eso es la desesperación: la necesidad urgente de regular cuerpo y mente frente a un malestar que supera los recursos internos.**

“Su libro humaniza a los adictos”, le comentan muchos lectores. Pero esa frase parte de una premisa habitual pero equivocada: los adictos ya son humanos. El problema es la **mirada que divide el mundo entre “nosotros” y “ellos”**. Cuando la identidad se reduce a un grupo menor que la humanidad, aparece siempre un “otro” frente al cual definirse, juzgarse superior o justificar la indiferencia.

El **sistema de atención sanitaria reproduce en parte esta lógica**. La salud mental ocupa un lugar secundario dentro del sistema sanitario, y las adicciones aún más. A ello se suma la escasa formación en trauma en la educación médica, pese a la evidencia que vincula trauma, salud mental y adicciones. El resultado es un **modelo que intervine sobre la conducta sin atender el origen del sufrimiento**.

Actualmente **no existe un sistema eficaz ni para prevenir las adicciones ni para acompañar de forma integral los procesos de recuperación**. Mientras no se aborden las raíces del problema, ninguna estrategia de reducción de daños será suficiente por sí sola. Solo desde una comprensión amplia de las adicciones pueden surgir enfoques terapéuticos realmente capaces de sanar.

En este marco, la **compasión no es solo una postura ética, sino un elemento terapéutico central**: la presencia empática y el **vínculo seguro** pueden transformar la relación con el dolor y abrir posibilidades reales de recuperación.

Maté no aborda estas cuestiones desde una posición de distancia moral. A lo largo del libro reconoce también sus propias conductas compulsivas y formas de dependencia. Esa dimensión autobiográfica refuerza una de las ideas centrales de la obra: **la adicción no es una anomalía ajena, sino una expresión profundamente humana del dolor, la desconexión y la búsqueda de alivio.**

**“Abrir el corazón es caminar hacia la sanación de las adicciones”,** sostiene Maté. Una transformación que interpela al individuo y también a la forma en que **la sociedad entiende, nombra y responde al sufrimiento.**

## **GABOR MATÉ**



[Gabor Maté](#), (Budapest, Hungría, 1944) es **médico, especialista en trauma y adicciones, escritor y conferenciante internacional.** Su trabajo se centra en la relación entre trauma psicológico, estrés, enfermedad física y conductas **adictivas**, temas que conecta abiertamente con su propia historia personal.

Nació en el seno de una familia judía durante la **ocupación nazi de Hungría**. Sus abuelos maternos murieron en **Auschwitz** y su padre fue enviado a un campo de trabajos forzados. Maté ha contado en numerosas ocasiones que su **primer gran trauma se produjo en la infancia, marcada por el miedo y la separación emocional de su madre.** Cuando era un bebé, ella tuvo que dejarlo temporalmente al cuidado de otra persona para intentar protegerlo y conseguir alimento en plena guerra. Aunque fue una separación breve y motivada por circunstancias extremas, Maté explica que un bebé puede vivirla como una **experiencia de abandono**, dejando una **huella profunda en el sistema emocional.**

A lo largo de los años ha hablado con honestidad sobre sus **propias dificultades emocionales**, incluida su tendencia a la ansiedad, la necesidad de reconocimiento y ciertas conductas compulsivas, como su adicción al trabajo o a comprar música clásica. Estas experiencias influyeron en su manera de entender la adicción: **no como un fallo moral, sino como una respuesta al sufrimiento emocional**.

Tras emigrar con su familia a Canadá durante la Revolución Húngara de 1956, creció en Vancouver. Estudió Inglés en la University of British Columbia y Educación en la Simon Fraser University. Antes de dedicarse a la medicina trabajó como profesor de secundaria. En 1977, obtuvo un **Doctorado en medicina general**.

**Durante más de veinte años dirigió una consulta familiar privada en East Vancouver y fue coordinador médico de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital de Vancouver** durante siete. Posteriormente, Maté trabajó como médico de planta de la Portland Hotel Society, una organización sin ánimo de lucro dedicada a la vivienda de apoyo, donde atendía a personas con problemas de salud mental, consumo de sustancias, y enfermedades crónicas como el VIH.

A partir de estas experiencias, escribió *En el reino de los espíritus hambrientos*, obra por la que recibió el **premio Hubert Evans de no ficción en 2009**. **En 2018 fue nombrado miembro de la Order of Canada**, uno de los máximos honores civiles del país, en reconocimiento a su contribución a la medicina y la salud mental.

Antiguo columnista médico de *The Vancouver Sun* y *The Globe and Mail*, actualmente es profesor adjunto en la Escuela de Criminología de la Universidad Simon Fraser. También trabaja en **clínicas de reducción de daños**, con pacientes que sufren enfermedades mentales, adicción a las drogas, VIH o una combinación de estos factores.

Como judío, se ha posicionado desde el principio **contra la ocupación de Gaza y el genocidio** y, en 2023, exigió el fin de la ocupación y la persecución de los palestinos, así como la **devolución de las tierras ocupadas desde 1967**.

### **SE HA DICHO SOBRE EL LIBRO:**

«Recomiendo este libro maravilloso a cualquiera que esté luchando contra el dolor de la adicción, ya sea a nivel personal o profesional. Maté presenta argumentos poderosos que invitan a la reflexión, como que las conexiones humanas curan y que la pobreza de las relaciones en el mundo moderno contribuye a nuestra vulnerabilidad ante todo tipo de dependencias. Su perspectiva única y humana, tan ausente en gran parte del enfoque “moderno” de las adicciones, debería formar parte de la formación de todos los terapeutas, trabajadores sociales y médicos».

**Bruce Perry, doctor en Medicina y en Filosofía y coautor de *El chico a quien criaron como perro*.**

«Este libro, un relato fascinante sobre los deseos humanos, debe llegar a tantas personas como sea posible. El análisis deslumbrante y sin concesiones de Maté sobre la adicción actual rompe los supuestos que subyacen a nuestra guerra contra las drogas».

**Norm Stamper, exjefe de policía de Seattle y autor de *Breaking Rank*.**

«En este brillante y bien documentado libro, Gabor Maté sitúa el origen de las adicciones en el trauma de una infancia emocionalmente vacía, convirtiéndola en un problema relacional más que médico. Esta tesis tan radical sobre la causa lleva a la conexión humana como cura, en lugar del tratamiento tradicional. Este libro apasionado y compasivo, repleto de pruebas científicas y relatos personales, debería estar en la estantería de toda persona interesada en el desafío omnipresente de la adicción».

**Harville Hendrix, doctor, autor de *Getting the Love You Want* y cofundador de Imago Relationship Therapy.**

«El último libro de Maté es una mirada conmovedora, provocadora y multifacética sobre cómo surge la adicción, las personas que la padecen y por qué apoya la despenalización de todas las drogas, incluidas las metanfetaminas. *En el reino de los espíritus hambrientos* no solo se lee como un animado análisis académico de las causas fisiológicas y psicológicas de la adicción a las drogas, sino también como una investigación de su corazón y su mente».

***The Globe and Mail.***

«Un análisis perspicaz y multifacético de la naturaleza de la adicción en general, y de la epidemia de adicciones de nuestra sociedad en particular».

***The Globe and Mail.***

«En este libro exhaustivo y valiente, Maté relata, con compasión y honestidad, las conmovedoras historias de los adictos a las sustancias —los espíritus hambrientos, en la terminología budista— a los que trata. Y son las historias de los adictos y la clara lógica de los últimos datos científicos y estadísticos que Maté comparte las que convencen al lector de que la actitud de la sociedad hacia la adicción y su tratamiento deben cambiar. Este tomo, extenso en su descripción y justificación de las causas, se mantiene como una lectura notablemente lírica y atractiva».

***Recovery Magazine.***

«Es hora de conceder a Maté la Orden de Canadá por este libro erudito y sensible sobre las vidas de los usuarios del Downtown Eastside, la neurobiología de la adicción y la locura de la guerra contra las drogas. Es un libro que se lee de un tirón y está repleto de nuevos descubrimientos científicos sobre la adicción. Si conoces a los padres o hermanos de un adicto, o al primer ministro, por qué no, regálale este libro».

***The Georgia Straight.***

«Las conexiones de Gabor Maté —entre lo intensamente personal y lo global, lo espiritual y lo médico, lo psicológico y lo político— son audaces, sabias y profundamente morales. Este libro llega en el momento justo».

**Naomi Klein, autora de *No Logo* y *La doctrina del shock*.**

«Con una empatía sin igual por la condición humana, Gabor Maté describe la asfixia del espíritu por los impulsos adictivos y sostiene un espejo oscuro ante nuestra sociedad. Se trata de una poderosa narración del reino de la naturaleza humana, donde las emociones confusas y conflictivas subyacen a nuestras pretensiones de pensamiento racional».

**Doctor Jaak Panksepp, distinguido profesor e investigador de psicobiología de la Universidad de Bowling Green, profesor adjunto de psiquiatría de la Facultad de Medicina de Ohio y autor de *Affective Neuroscience*.**

«Con un magnífico talento descriptivo, Gabor Maté nos adentra en las vidas de los seres humanos emocionalmente desamparados y adictos que son sus pacientes. En este libro, muy ameno y penetrante, nos revela verdades inquietantes sobre la naturaleza de la adicción y sus raíces en los primeros años de vida de las personas, verdades que suelen quedar ocultas por el paso del tiempo y protegidas por la vergüenza, el secreto y los tabúes sociales».

**Vincent Felitti, doctor en Medicina.**

«Gabor Maté destila el sufrimiento de los consumidores de drogas en conmovedoras historias clínicas y revela con claridad cómo él mismo, como coleccionista de música y médico adicto al trabajo, encaja en su propia definición de adicción. Basándose en las nuevas investigaciones sobre la química cerebral, propone leyes sensatas sobre drogas para sustituir la guerra contra estas. Inspirado por la espiritualidad en evolución que subyace a su vida y su trabajo, esboza formas prácticas de superar la adicción. No se trata de un libro para leer rápido, sino de un análisis profundo sobre el que reflexionar».

**Bruce Alexander, profesor emérito (Psicología) de la Universidad Simon Fraser y autor de *The Globalization of Addiction*.**

«Los sujetos de Maté son la encarnación viva y palpitante de las estadísticas más sombrías de Canadá en materia de VIH/SIDA, hepatitis, personas sin hogar, delincuencia, abusos, negligencia, sobredosis y muerte. Además de pobres y marginados, están vilipendiados por la sociedad y demonizados por las fuerzas del orden. *En el reino de los espíritus hambrientos* es convincente y Maté, admirable, a veces inexplicablemente empático con todos los que se cruzan en su camino».

***Toronto Star.***

«Una reflexión matizada y compleja sobre lo que el opiómano Thomas de Quincy denominó la “oscuridad permanente”. Una obra poderosa y compasiva».

***NOW.***

«Gabor Maté, un profesional de primera línea que lucha contra la adicción en Canadá, cuestiona la premisa de que la adicción es una elección que hacen las personas. Por ejemplo, la tesis de este libro critica la suposición, poco científica, de la justicia penal de que los drogadictos son culpables porque eligen consumir drogas. ¿Tiene sentido que las personas quieran y elijan ser adictas?»

***Addiction Treatment Magazine.***

«Maté nos hace un gran servicio al obligarnos a enfrentarnos a la mentalidad de “nosotros y ellos” que impulsa las respuestas duras a la adicción. Recomiendo encarecidamente *En el reino de los espíritus hambrientos* a todos aquellos que busquen comprender la adicción».

***The Vancouver Sun.***

«Excelente. Uno de los puntos fuertes del libro es la descripción detallada y compasiva que hace Maté de los adictos que trata. Pero no se trata solo de unas memorias, más bien, utilizando su propia experiencia y las investigaciones más avanzadas, intenta delinear las dimensiones psicológicas, sociales y neurológicas de la adicción, estrechamente relacionadas entre sí. Una atención tranquila, sin juicios y compasiva a lo que ocurre en el interior».

***The Walrus.***

«Una mirada desgarradoramente honesta, compasiva y a veces airada a la adicción y a las personas cuyas vidas se han visto trastornadas por ella».

***Ottawa Citizen.***

«*En el reino de los espíritus hambrientos* ofrece una mirada inquebrantable a la adicción. Maté hace observaciones que desmontan todos los mitos y malentendidos sobre los adictos y su forma de vida. El libro está repleto de perlas de sabiduría y perspicacia. Los lectores pueden, literalmente, coger el libro, abrirlo por cualquier capítulo y empezar a leer, y aprender algo valioso. Nunca es aburrido, nunca es condescendiente, nunca es demasiado para leer».

***Addiction Treatment Magazine.***

## **FICHA TÉCNICA:**

**Título:** *En el reino de los espíritus hambrientos*

**Autor:** Gabor Maté

**Traducción:** Enrique Maldonado Roldán

**Editorial:** Capitán Swing

**PVP:** 27,5 €

**Formato:** 140 x 220 mm

**Páginas:** 544

**Fecha de publicación:** 25-5-26

**ISBN:** 979-13-991059-7-1