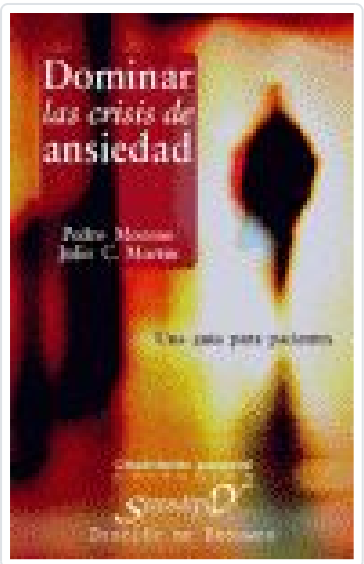
DOMINAR LA CRISIS DE ANSIEDAD nº 104



MORENO, PEDRO

SINOPSIS

"Los doctores Moreno y Martín están totalmente familiarizados con los tratamientos más actuales que existen para las crisis de ansiedad y los han aplicado en su práctica clínica durante años. En este libro presentan esta información de forma clara y concisa, lo que será de gran ayuda para quienes sufren los estragos de las crisis de ansiedad fuera de control. Todo paciente y terapeuta que trate estos graves problemas debería tener un ejemplar de este provechoso libro." David H. Barlow Ph.D Catedrático de Psicología Boston University - USA Cientos de personas acuden cada año a los servicios de urgencia creyendo que tienen un infarto, un derrame cerebral o porque sienten un malestar intenso. Muchas personas dudan sobre ir o no ir a urgencias porque sienten que podrían perder el control o enloquecer. El diagnóstico, en muchos casos, se limita a un escueto 'crisis de ansiedad' o 'crisis de angustia' y se remite al paciente a tratamiento psicológico o psiquiátrico, según la disponibilidad de recursos sanitarios. El tratamiento, la mayor parte de las ocasiones, consiste en tomar medicación ansiolítica o antidepresiva durante largas temporadas, a veces con la insinuación -muy discutible- de que 'nada hay de malo en tomar medicación toda la vida, como el diabético que toma insulina'. Sin embargo, durante los últimos veinte años se ha investigado mucho sobre el tratamiento psicológico de las crisis de ansiedad y se han logrado resultados que podríamos calificar de espectaculares, con mejorías significativas en siete u ocho de cada diez pacientes tratados con las nuevas psicoterapias. El propósito del presente libro es ofrecer al paciente, a sus familiares y a todo lector interesado la información básica para dominar las crisis de ansiedad. También se explican, de modo sencillo, los principales ejercicios que deben practicar aquellas personas que quieran reducir o eliminar sus crisis de ansiedad. Pedro Moreno (Murcia, 1968). Licenciado en Psicología con premio extraordinario y Doctor en Psicología (sobresaliente cum laude) por la Universidad...

Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	<Genérica>
Colección	SERENDIPITY
EAN	9788433019257
Status	Disponible
Páginas	192
Tamaño	140x210x mm.
Peso	216
Precio (Imp. inc.)	11,99€
Fecha de lanzamiento	15/12/2004

Títulos relacionados



Y A TI QUE TE MOTIVA? nº 249
OLGA CAÑIZARES;CRISTINA MIAJA



DIARIO DE UN ASOMBRO nº 17
GARCIA RUBIO, ANTONIO



DOMINAR LAS OBSESIONES nº 133
MORENO GIL, PEDRO JOSE/MARTÝN GARCIA-SAN



DISEÑA TU VIDA Nº 180
SANCHEZ GONZALEZ, DIANA / MEJIAS GOMEZ,