

UN MUNDO SIN DEPRESIÓN



BASCO, ALFONSO

SINOPSIS

La depresión es una enfermedad frecuente en todo el mundo, y se calcula que afecta a unos 350 millones de personas. Cuando se padece puede convertirse en un problema de salud grave, especialmente si es de larga duración. También puede llegar a causar gran sufrimiento y alterar las actividades laborales, escolares o familiares. En el peor de los casos, puede acabar derivando en la tragedia del suicidio.

El objetivo de este libro es servir de aliado, inspiración y ayuda contra la depresión, ya sea para quien lo viva en primera persona o quien lo experimente de manera cercana. Y, en definitiva, para que cualquier lector pueda tomar consciencia de una pandemia compleja y difícil de reconocer.

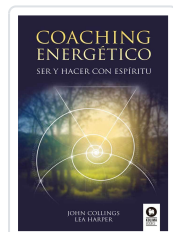
Las historias de ex pacientes que se recogen en este libro nos abren la puerta a poder decir no ante la llegada o el padecimiento prolongado de la depresión, una enfermedad que no distingue de razas, status social, edad o ámbito profesional. También se recogen los testimonios y opiniones de profesionales en estas materias, que muestran sus recomendaciones sobre cómo prevenir y luchar contra la enfermedad.

A lo largo del libro se irán proporcionando datos, cifras, experiencias, causas o consecuencias de la depresión para poder tener una imagen amplia de la enfermedad desde diferentes puntos de vista....

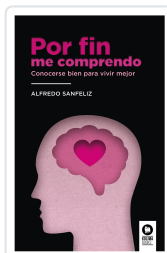


Editorial	KOLIMA BOOKS
Materia	Psicología: emociones
Colección	Autoayuda
EAN	9788417566760
Status	Disponible
Encuadernación	Bolsillo tapa blanda
Páginas	214
Tamaño	2200x1400x0 mm.
Peso	250
Precio (Imp. inc.)	18,00€

Títulos relacionados



COACHING ENERGÉTICO
 COLLINGS, JOHN / HARPER, LEA



POR FIN ME COMPRENDO
 SANFELIZ MEZQUITA, ALFREDO