

# TRATAMIENTO PSICOLOGICO TRASTORNOS ALIMENTACION



SEVILLA, JUAN/ PASTOR, CARMEN

## SINOPSIS

Una característica de los trastornos de alimentación es que comer o no comer se convierte en el centro de nuestros pensamientos. De alguna forma, siempre está en nuestra mente: planificando lo que vamos a comer, buscando nuevas estrategias para comer menos, buscando nuevos restaurantes o recetas, buscando dietas y sustancias milagrosas para perder peso o comparando nuestro cuerpo con el de los demás. Cuando se sufre un trastorno de alimentación, llega un momento en que nuestras vidas están dominadas por él. Comer y muchas conductas relacionadas con comer (atracarse, vomitar, hacer dieta, ayunar, saltarse comidas, etc.) en combinación o una a una se utilizan explícitamente para escapar del dolor psicológico. Cuando el comer y todo lo que gira en torno a ello nos hace sufrir, lo primero es saber que hay esperanza. Se puede cambiar. Existen tratamientos eficaces para combatir estos problemas y en esta obra encontrarás un protocolo de tratamiento basado en la investigación y en la práctica clínica de sus autores que han intentado adaptar a un formato de autoayuda los hallazgos de la ciencia y lo que hacen a diario en sus terapias. ...



|                      |                |
|----------------------|----------------|
| Editorial            | PIRAMIDE       |
| Materia              | PSICOLOGIA     |
| Colección            | PSICOLOGIA     |
| EAN                  | 9788436840995  |
| Status               | Disponible     |
| Páginas              | 264            |
| Tamaño               | 155x230x17 mm. |
| Peso                 | 375            |
| Precio (Imp. inc.)   | 17,50€         |
| Fecha de lanzamiento | 13/03/2019     |

## Títulos relacionados



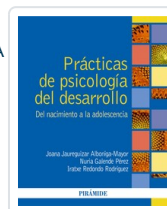
MATERIAS UNIVERSITARIAS ACCESIBLES A PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL  
AA.VV.



ES BUENO SABER APRENDER. TÉCNICAS DE ESTUDIO ADOLESCENTES  
CABALLERO, MARIA



JUEGO DE ROL COMO ESTRATEGIA PARA DESARROLLAR HABILIDADES  
AA.VV.



PRACTICAS PSICOLOGIA DEL DESARROLLO. DEL NACIMIENTO A LA AD  
AA.VV.