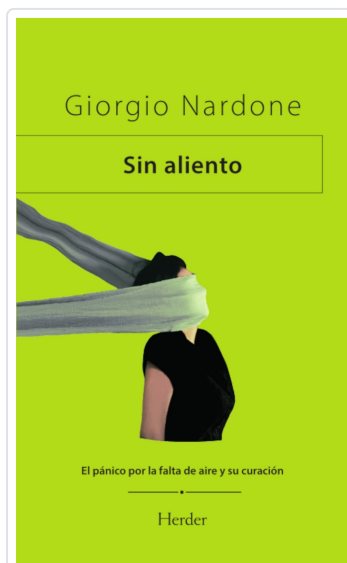


SIN ALIENTO. EL PÁNICO POR LA FALTA DE AIRE Y SU CURACIÓN



NARDONE, GIORGIO

SINOPSIS

Entre las diversas formas de ataques de pánico relacionadas con el miedo a morir, la más habitual es la sensación de quedarse sin aliento hasta la asfixia casi total. Ambos mecanismos, el de la respiración y el del miedo, se influyen mutuamente en una escalada psicofisiológica que desemboca en el pánico y en la disnea. A partir de su amplia experiencia clínica, Giorgio Nardone plantea una intervención terapéutica eficaz que es, al mismo tiempo, una terapia psicológica y una rehabilitación respiratoria. Ofrece, además, interesantes reflexiones sobre la mecánica que alimenta el efecto de la sensación de ahogo. Romper el círculo vicioso entre miedo patológico y respiración disfuncional es posible y necesario....



Editorial	HERDER
Materia	PSICOLOGIA: EMOCIONES
Colección	HERDER
EAN	9788425452611
Status	Disponible
Páginas	136
Tamaño	198x122x8 mm.
Peso	150
Precio (Imp. inc.)	15,80€
Fecha de lanzamiento	04/03/2026

Títulos relacionados



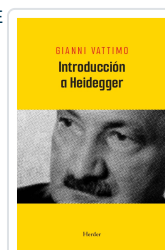
BUSQUEDA DE DIOS Y SENTIDO DE LA VIDA. DIALOGO ENTRE UN TEOLOGO Y UN PSICOLOGO
FRANKL, VIKTOR



MUJER DESEADA, MUJER DESEANTE. LAS MUJERES CONSTRUYEN SU SEXUALIDAD
FLAUMENBAUM, DANIELE



PERSPECTIVAS DE LA HERMENEUTICA. RAZON Y EMOCION
BEUCHOT, MAURICIO



INTRODUCCION A HEIDEGGER
VATTIMO, GIANNI