

CONTRA LA DEPRESION: UNA EXCELENTE AYUDA PARA LOGRAR UNA VIDA PLENA



Nº de páginas:	350 págs.
ISBN:	9788432296697
Año edición:	2006
Editorial:	SEIX BARRAL
Plaza de edición:	BARCELONA
Lengua:	CASTELLANO
Autor:	PETER KRAMER
Categoría:	Psicología y Pedagogía

[CONTRA LA DEPRESION: UNA EXCELENTE AYUDA PARA LOGRAR UNA VIDA PLENA.pdf](#)

[CONTRA LA DEPRESION: UNA EXCELENTE AYUDA PARA LOGRAR UNA VIDA PLENA.epub](#)

No hay nada de romántico en el sufrimiento de la depresión. Daña las neuronas y el corazón, altera el funcionamiento del cerebro, trastorna la perspectiva y el juicio personales, e interfiere con la vida familiar. Reúne todos los requisitos para ser combatida como “la enfermedad más devastadora conocida por la humanidad”, y, sin embargo, cotidianamente la abordamos, como mucho, con cierta condescendencia. Peter Kramer comparte su experiencia con personas deprimidas en una lectura tan entretenida como estimulante. Y ofrece una excelente ayuda para que todo individuo o entorno familiar afectado pueda enfrentarse a ella y cambie su perspectiva de lo que es una vida plena.