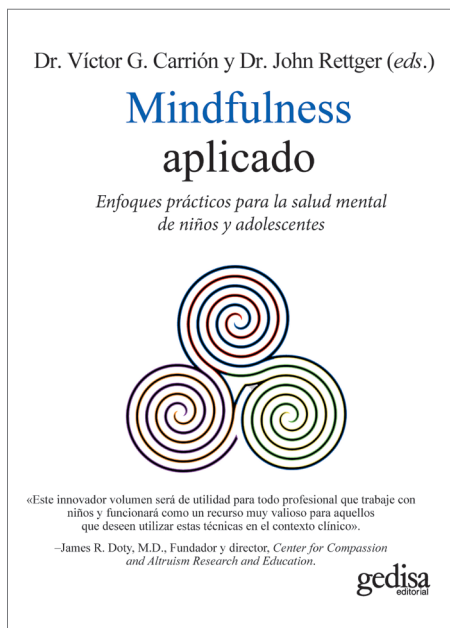




ISBN: 978-84-18914-83-6  
IBIC: VSP - THEMA: VSPD  
17 CM X 23,5 CM / CON SOLAPAS  
464 PÁGINAS / PESO: 772 GR / LOMO: 29 GR  
PVP 39,90€ / 38,37€  
COLECCIÓN: PSICOLOGÍA  
14 NOVIEMBRE 2022



## Mindfulness aplicado

*Enfoques prácticos para la salud mental de niños y adolescentes*

Dr. Víctor G. Carrión y Dr. John Rettger (Eds.)

Como las ondas en el agua, los beneficios del mindfulness se extienden de dentro hacia afuera, desde los terapeutas hasta los pacientes, las familias, las escuelas y las comunidades. El Dr. Carrión, director del Programa de Estrés y Resiliencia en la Vida Temprana de Stanford (ELSRP), y el Dr. Rettger, especialista en la intervención basada en yoga y mindfulness con jóvenes, nos invitan a dar el primer paso hacia la reducción del estrés, la paz y la compasión para las nuevas generaciones. Los estudios incluidos en este volumen parten de la premisa de que los especialistas en salud mental deben interiorizar la práctica de mindfulness antes de poder enseñar los principios y técnicas. Para ello, el libro ofrece guiones específicos, audios e instrucciones claras para la práctica personal del mindfulness para luego extenderla a los demás.

Dado que muchos profesionales de la salud mental trabajan en múltiples entornos y con múltiples diagnósticos clínicos específicos que afectan a la infancia y juventud –ansiedad y depresión, TDAH o abuso de sustancias, entre otros–, la obra también explica, a partir de estudios de caso y abundantes recursos, cómo aplicar hábilmente el mindfulness en diversos contextos y sobre poblaciones clínicas específicas, como los jóvenes migrantes y otros colectivos vulnerables.



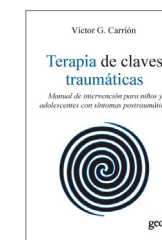
**Víctor G. Carrión** (Puerto Rico, 1963). Catedrático de la Escuela de Medicina de la Universidad de Stanford y del Hospital de Niños Lucile Packard. Director del Programa de Estrés y Resiliencia en la Vida Temprana de Stanford (ELSRP). Ha publicado numerosos artículos en revistas especializadas y es cofundador del Youth Wellness en San Francisco. Su trabajo ha sido premiado por la Academia Americana de Psiquiatría para Niños y Adolescentes, la Fundación Americana para la Prevención del Suicidio o el Instituto Nacional de Salud Mental, entre otros.



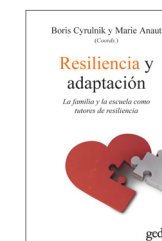
**John Rettger** es psicólogo clínico en el Center for Men's Excellence de San Diego, California. Fue director del Programa de Mindfulness, dentro del Programa de Investigación sobre el Estrés en la Vida Temprana de la Universidad de Stanford. El Dr. Rettger trabaja con niños, adolescentes y adultos que presentan depresión, ansiedad, estrés y estrés postraumático, duelo y otras afecciones psicológicas, a partir de un enfoque holístico de la salud mental.

- **Temas:** *Mindfulness*; Salud mental; Psiquiatría.
- **Público:** profesionales de la educación, la salud y salud mental, el trabajo social y otros colectivos interesados en integrar la práctica del *mindfulness* en su trabajo con la infancia y la juventud; psiquiatras y pediatras.

### Véase también:



*Terapia de claves traumáticas*  
Víctor G. Carrión  
ISBN: 978-84-17341-93-0  
PVP: 24,90€ / 23,94€



*Resiliencia y adaptación*  
Boris Cyrulnik  
Marie Anaut  
ISBN: 978-84-16572-73-1  
PVP: 11,90€ / 11,44€



*Humor, entre la risa y las lágrimas*  
Marie Anaut  
ISBN: 978-84-9784-952-4  
PVP: 18,90€ / 18,17€