



José Ramón, Alonso Peña

Es catedrático de Biología celular en la Universidad de Salamanca, de la que ha sido rector. Ha sido investigador posdoctoral y profesor visitante en universidades de Alemania y Estados Unidos, es doctor honoris causa por universidades de Colombia, Bolivia y Perú. Ha dirigido quince tesis doctorales (doce de ellas premio extraordinario) y publicado más de 150 artículos en revistas internacionales de neurociencia. Ha ganado algunos de los principales premios de divulgación científica de España. Ha escrito cuarenta libros de divulgación científica, tanto para adultos como para niños, y ha recibido quince premios de ensayo, relato y microrrelato. Es autor del blog Neurociencia (jralonso.es), con más de dos millones y medio de visitas anuales.

riverside
agency

La enfermedad invisible

Autor: José Ramón, Alonso Peña

Shackleton

ISBN: 978-84-1361-074-0 / Rústica / 208pp | 140 x 210 cm

Precio: \$ 42.500,00

Un libro que reúne los últimos descubrimientos de la ciencia para comprender y poder hacer frente a la depresión, uno de los males más comunes de nuestro tiempo pero con frecuencia invisibilizado. En los últimos tiempos se ha producido un sostenido incremento en la incidencia de la depresión. Se trata de una enfermedad que mina de forma notable la calidad de vida de quien la padece, afecta negativamente a su productividad e incluso acorta la esperanza de vida. Pero a pesar de su frecuencia y gravedad, sigue siendo una enfermedad estigmatizada e invisibilizada, que injustamente se mantiene oculta y se aborda desde la vergüenza y el silencio culpabilizador. Sin embargo, nadie es responsable de sufrir una depresión, ya que aquí no hay culpables. La persona deprimida no está simplemente triste o melancólica (dos emociones naturales), sino que padece una dolencia que afecta al organismo, al sistema nervioso, al pensamiento, a las emociones y al comportamiento. La buena noticia es que los pacientes deprimidos sienten que las cosas mejoran cuando saben exactamente lo que les está pasando, y se dan cuenta de que sufren una enfermedad dura y larga pero curable. Este libro pretende ayudar en ese proceso, destacando las cosas que contribuirán a la recuperación y aquellas en las que no se debe caer.

La buena noticia es que los pacientes deprimidos sienten que las cosas mejoran cuando saben exactamente lo que les está pasando, y se dan cuenta de que sufren una enfermedad dura y larga pero curable. Este libro pretende ayudar en ese proceso, destacando las cosas que contribuirán a la recuperación y aquellas en las que no se debe caer.